

**METODE *STORYTELLING* UNTUK MENINGKATKAN  
MEANING OF LIFE PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL  
TRESNA WERDHA JOMBANG**

**SKRIPSI**



Oleh:  
**Laily Purnama Sari**  
**201310230311352**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

**2017**

**METODE *STORYTELLING* UNTUK MENINGKATKAN  
MEANING OF LIFE PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL  
TRESNA WERDHA JOMBANG**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Universitas Muhammadiyah Malang  
sebagai salah satu persyaratan untuk Memperoleh Gelar**

**Sarjana Psikologi**



**Oleh:  
Laily Purnama Sari  
201310230311352**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

**2017**

## LEMBAR PENGESAHAN

1. Judul Skripsi :Metode *Storytelling* Untuk Meningkatkan *Meaning of Life* Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jombang
2. Nama Peneliti : Laily Purnama Sari
3. NIM : 201310230311352
4. Fakultas : Psikologi
5. Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang
6. Waktu Penelitian :

Skripsi ini telah diuji oleh dewan penguji pada tanggal

Dewan Penguji

Ketua Penguji : Dr. Iswinarti, M.Si

Anggota Penguji : 1. Adhyatman Prabowo, M.Psi  
2. Yudi Suharsono, M.Si  
3. Zainul Anwar, M.Psi

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Iswinarti, M.Si

Adhyatman Prabowo, M.Psi

Malang,

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang

Dr. Iswinarti, M.Si

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Laily Purnama Sari  
Nim : 201310230311352  
Fakultas/Jurusan : Psikologi  
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

Menyatakan bahwa skripsi/karya ilmiah yang berjudul :

Metode *Storytelling* Untuk Meningkatkan *Meaning of Life* Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jombang

1. Adalah bukan karya orang lain sebagian maupun keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini dan telah disebutkan sumbernya.
2. Hasil tulisan karya ilmiah/skripsi dari penelitian yang saya lakukan merupakan hak bebas royalti non eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi sesuai dengan undang-undang yang berlaku.

Malang,

Mengetahui  
Ketua Progam Studi

Yang Menyatakan

Yuni Nurhamida, S.Psi., M.Si

Laily Purnama Sari

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Metode *Storytelling* Untuk Meningkatkan *Meaning of Life* Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jombang” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Muhammadiyah Malang.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan dan petunjuk serta bantuan yang bermanfaat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. Iswinarti, M.Si., selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang sekaligus Pembimbing I penulis dan Adhyatman Prabowo, M.Psi. selaku Pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan arahan yang sangat berguna, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
2. Yudi Suharsono, S.Psi, M.Si., selaku Pembantu Dekan I Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang sekaligus dosen wali penulis yang telah mendukung dan memberi pengarahan sejak awal perkuliahan hingga selesainya skripsi ini.
3. Panti Sosial Tresna Werdha Jombang, kepada Ibu kepala beserta pengurus, nenek dan kakek di panti yang telah memberikan izin dan bersedia menjadi subjek penelitian.
4. Bapak dan Ibu, Eka Sari Setyaningrum dan Andri Yudhi Andika yang selalu menyempikan nama penulis dalam setiap doanya serta curahan kasih sayang yang tak terhingga. Hal ini merupakan kekuatan terbesar bagi penulis dan terus memiliki motivasi dalam perkuliahan dan proses skripsi ini.
5. Saudari-saudariku tercinta (*The Ladies*), Dwi Desi Hidayati, Nadya Ardisna Arianti, Nurul Putri Utami, Lisa Putri Ariani, Faridotul Komariya, yang semuanya adalah calon S.Psi. Terima kasih atas segalanya. Semoga kita tetap menjadi saudara yang selalu dalam lindunganNya, *May Allah bless us*.
6. Abangku Zanuvar Surya Prayogo terimakasih telah memberikan dukungan dan motivasi ketika penulis hampir menyerah dengan proses skripsi ini.
7. Adik-adik Dede, Dawai, Bayu, dan kawan-kawan yang selalu memberikan semangat untuk cepat wisuda dan mendapatkan gelar Sarjana Psikologi.
8. Teman-teman Fakultas Psikologi khususnya angkatan 2013 kelas E yang selalu memberikan semangat dan dukungan.
9. Paman Soto, Bapak Mahal, Bapak Cilak, Arema, Tante Banjar, Bapak Nusasari, dan semua bapak, ibu, akang yang selalu menjadi pemadam kelaparan ketika penulis sedang mengerjakan skripsi ini.
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah memberikan banyak dukungan dan bantuan pada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa tiada satpun karya manusia yang sempurna, sehingga kritik dan saran demi perbaikan karya ini sangat penulis harapkan. Meski demikian, penulis berharap semoga ini dapat bermanfaat bagi peneliti khususnya dan pembaca pada umumnya.

Malang,  
Penulis

Laily Purnama Sari



## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	i
SURAT PERNYATAAN .....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL .....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN .....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Intisari .....	1
B. Latar Belakang Masalah.....	2
<b>BAB II TINJAUAN PUSATAKA</b>	
A. Kebermaknaan Hidup ( <i>Meaning of Life</i> ) .....	5
B. <i>Storytelling</i> .....	6
C. <i>Storytelling</i> dan <i>Meaning of Life</i> .....	7
D. Kerangka Berpikir.....	9
E. Hipotesa.....	9
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Rancangan Penelitian .....	10
B. Subjek Penelitian.....	10
C. Variabel dan Instrumen Penelitian .....	11
D. Prosedur dan Analisa Data .....	11
<b>HASIL PENELITIAN</b> .....	12
<b>DISKUSI</b> .....	16
<b>SIMPULAN DAN IMPLIKASI</b> .....	18
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	20

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Rancangan Eksperimen.....	10
Tabel 2. Karakteristik Subjek Penelitian.....	13
Tabel 3. Uji <i>Mann Whitney</i> Data <i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	13
Tabel 4. Uji <i>Wilcoxon</i> Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	13
Tabel 5. Uji <i>Mann Whitney</i> Data <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	14





## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Hasil <i>pretest-posttest</i> kelompok eksperimen .....	14
Gambar 2. Hasil <i>pretest-posttest</i> kelompok kontrol .....	15
Gambar 3. Deskripsi hasil <i>manipulation check</i> .....	16



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala .....	23
Lampiran 2. <i>Blueprint</i> .....	25
Lampiran 3. <i>Output</i> uji analisa SPSS.....	27
Lampiran 4. Skoring.....	31
Lampiran 5. Modul.....	34



# **METODE STORYTELLING UNTUK MENINGKATKAN MEANING OF LIFE PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA JOMBANG**

**Laily Purnama Sari**

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang

[laily.purnama14@gmail.com](mailto:laily.purnama14@gmail.com)

Pada saat memasuki periode lansia banyak sekali permasalahan yang dihadapi seperti perasaan kesepian, kondisi fisik yang menurun, bahkan kehilangan orang-orang terdekat. Berbagai persoalan tersebut dapat mempengaruhi kebermaknaan hidup pada lansia. Melalui *storytelling*, lansia diharapkan dapat menemukan dan meningkatkan makna dan tujuan hidupnya. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah metode *storytelling* mampu meningkatkan kebermaknaan hidup pada lansia. Penelitian ini adalah penelitian kuasi eksperimen dengan pendekatan *nonrandomized control group pretest posttest design*. Subjek dalam penelitian ini adalah lansia yang tinggal di panti werdha, berusia 60 tahun ke atas, berjumlah 18 subjek, memiliki skor kebermaknaan hidup rendah. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *purposive* sampling. Instrumen dalam penelitian ini yaitu menggunakan skala *meaning in life* Michael F. Steger. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan pada *meaning of life* ( $Z = -3,621$ ;  $p = 0,000 < 0,05$ ). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa metode *storytelling* dapat digunakan untuk meningkatkan kebermaknaan hidup.

Kata kunci : *storytelling*, kebermaknaan hidup, lansia, panti werdha

*On entering the period of the elderly faced many problems such as loneliness, physical condition decline, losing even those nearby. Various problems can affect the meaningfulness of life in the elderly. Through storytelling, the elderly are expected to locate and enhance the meaning and purpose of his life. The purpose of this study is to determine whether the method of storytelling is able to increase the meaningfulness of life in the elderly. This research is a quasi-experimental approach nonrandomized pretest posttest control group design. Subjects in this study is the elderly who live in nursing Elderly, aged 60 years and over, amounted to 18 subjects, had lower scores meaning of life. Sampling was done by purposive sampling. Instruments in this research is using a scale of meaning in life Michael F. Steger. The results showed differences in the meaning of life ( $Z = -3.621$ ;  $p = 0.000 < 0.05$ ). Thus, it can be concluded that the method of storytelling can be used to enhance the meaning of life.*

Keyword : *storytelling, meaning of life, elderly, nursing house*

Menurut Undang-undang nomor 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia pada bab 1 pasal 1 ayat 2 menyebutkan bahwa umur 60 (enam puluh) tahun ke atas mereka disebut lansia (Azizah, 2011). Proses menuaan (*aging*) merupakan proses alami yang dimana disertai dengan penurunan kondisi baik fisik maupun psikologis.

Pada dasarnya manusia mengalami proses penuaan dimana proses ini adalah proses alamiah yang tidak dapat dihindari. Masa lansia merupakan tahap terakhir dalam kehidupan manusia. Ketika pada tahap ini sebagian lansia menjalani dengan bahagia, namun tidak sedikit dari mereka mengalami hal sebaliknya yaitu rasa ketidakbahagiaan. Lansia memang memiliki resiko kesepian karena dari gangguan ataupun hubungan sosial dari waktu ke waktu. Misalnya saja kehilangan pasangan hidup, anak yang pindah ke luar kota sehingga kurangnya perhatian dari keluarga, teman-teman yang disekeliling lansia menjadi sakit ataupun meninggal, pensiun yang mengakibatkan hubungan sosial berkurang, kecacatan ataupun penyakit yang dapat mengurangi mereka beraktivitas baik dengan orang-orang maupun masyarakat. Disisi lain keluarga yang sibuk atau tidak memungkinkan merawat orang tua yang telah lansia karena alasan pekerjaan ataupun kesibukan lainnya sehingga membuat keluarga tidak memiliki waktu bersama dengan orang tua.

Banyak yang masih menganggap jika seseorang yang memasuki masa lansia maka seseorang tersebut sudah tidak dapat diberdayakan, sakit-sakitan, tidak bisa memberi kontribusi, menyusahkan keluarga karena adanya penurunan secara fisik, mental maupun minat dan hal inilah yang menjadi alasan banyaknya lansia yang dititipkan di panti werdha (Kaharingan, Bidjuni, & Karunden, 2015). Andini & Supriyadi (2013) menyatakan ketika lansia diantarkan oleh keluarga ke panti werdha maka lansia merasa tidak berguna dan tidak diinginkan sehingga membuat banyak lansia akan mengembangkan perasaan rendah diri dan marah terhadap diri sendiri, orang lain dan juga lingkungan. Lansia secara perlahan akan menarik diri dari interaksi sosial dan hubungan dengan masyarakat yang pada akhirnya dapat meningkatkan persepsi negatif terhadap dirinya.

Hawari (2004) menjelaskan bahwa belakangan ini di tengah masyarakat mengalami pergeseran nilai. Mereka menganggap keberadaan lansia menjadi beban keluarga dan masyarakat. Munculnya anggapan tersebut membuat sebagian keluarga dari lansia beranggapan bahwa panti werdha merupakan tempat alternatif untuk menitipkan lansia. Pakar Psikologi Parwati Soepangat (2004) (dalam Sembiring, 2013) menjelaskan bahwa para lansia yang dititipkan di panti pada dasarnya memiliki dua sisi negatif dan positif. Diamati dari sisi positif, lingkungan panti dapat memberikan kesenangan bagi si orang tua. Sosialisasi di lingkungan yang memiliki tingkat usia sebaya akan menjadi hiburan tersendiri, sehingga kebersamaan ini dapat mengubur kesepian yang biasanya dialami mereka. Tetapi jauh di lubuk hati, mereka merasa jauh lebih nyaman berada di dekat keluarganya.

Dalam berbagai masalah yang timbul tersebut dapat mempengaruhi kebermaknaan hidup lansia. Makna dalam kehidupan merupakan hal yang terpenting khususnya bagi lansia yang berada di panti. Rendahnya makna hidup

yang dimiliki lansia akan menimbulkan rasa kehampaan, kesepian, dan rasa bosan. Hal ini juga disebutkan oleh Bastaman (2007) dengan gangguan *neurosis noogenik* atau gangguan perasaan yang akan menimbulkan depresi dan berdampak pada sulitnya mencapai kebahagiaannya.

Makna hidup mempunyai arti yang berbeda pada setiap individu tergantung dari sudut pandang tertentu individu melihatnya dan mengartikannya. Makna hidup adalah hal-hal yang dianggap sangat penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan. Jika hal itu berhasil dipenuhi maka akan menyebabkan seseorang merasakan kehidupan yang berarti yang pada akhirnya akan menimbulkan perasaan bahagia (Bastaman, 2007).

Makna hidup (*the meaning of life*) dan tujuan hidup (*the purpose of life*) dalam penggunaan sehari-hari disamakan artinya. Dalam makna hidup terdapat tujuan-tujuan hidup yang harus dipenuhi. Hal ini menunjukkan bahwa makna hidup saling berkaitan dengan tujuan hidup dan hanya orang yang menjalani kehidupannya sendiri yang dapat memahami makna dari kehidupannya (Bastaman, 2007).

Penelitian yang dilakukan oleh Baumeister, Vohs, Aaker dan Garbinsky (2012) menyebutkan ada tumpang tindih antara hidup yang bermakna dengan kebahagiaan yang membuat perbedaan penting. Sebuah survei besar mengungkapkan ada beberapa prediktor berbeda dari kebahagiaan (mengendalikan kebermaknaan) dan kebermaknaan (mengendalikan kebahagiaan). Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Park & Jeoung (2016) memiliki hasil tingkat kepuasan hidup tinggi diantara mereka yang telah menemukan makna hidup dan sedang aktif mencari makna, sedangkan tingkat kepuasan hidup rendah bagi mereka yang belum menemukan makna hidup.

Hasil dari assesmen melalui wawancara dengan salah satu perawat lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jombang bahwa kebanyakan dari mereka merupakan lansia dalam kategori ekonomi rendah. Lansia yang tinggal di panti tersebut merupakan lansia yang dititipkan ke panti oleh keluarganya bukan kemauan dari diri mereka sendiri. Selain itu lansia di panti tersebut merupakan lansia yang terbuang dalam artian mereka dulunya adalah lansia yang terlantar di jalan tanpa adanya keluarga. Pada dasarnya mereka ingin berkumpul dengan keluarga, anak maupun cucu mereka tetapi keluarga sibuk dengan urusannya sendiri dan tidak mampu untuk merawat keluarga mereka. Permasalahan tersebut membuat lansia merasa bahwa dirinya terabaikan, terbuang, mengalami rasa kesepian yang dapat menimbulkan perasaan kurang percaya diri, rasa tidak berdaya, terabaikan dan ketergantungan. Selain itu para lansia yang berada di panti jarang di kunjungi oleh keluarga. Hal inilah yang membuat lansia merasa bahwa dirinya tidak dibutuhkan sehingga tidak jarang lansia cenderung mengalami kehilangan makna hidupnya. Rendahnya makna hidup yang dimiliki membuat lansia mengalami kehampaan dalam hidupnya sehingga lansia sulit untuk mencapai kebahagiaan.

Seperti halnya yang diungkapkan subjek SRY, subjek mengatakan “*lapo nduk aku wes tuwek wes gak iso opo-opo gak koyok biyen pas jek enom. Tanganku yo koyok ngene gak iso angkat-angkat. Saiki yowes gak pati bahagia gak koyok biyen wong*

*mbahe wes gak iso lapo-lapo*”. Dari pernyataan tersebut subjek mengatakan dirinya sudah tidak berguna, sudah tidak bisa melakukan kegiatan-kegiatan seperti dulu karena subjek beranggapan bahwa umur dan keadaan yang membuat dirinya tidak memiliki motivasi atau tujuan yang jelas.

Hidup yang bermakna adalah corak kehidupan yang sarat dengan kegiatan, penghayatan, dan pengalaman-pengalaman bermakna. Makna hidup menurut Bastaman (2007) adalah sesuatu yang dirasakan penting, benar, berharga, dan didambakan serta memberikan nilai khusus bagi seseorang dan layak dijadikan tujuan hidup. Dalam menemukan makna hidup diperlukan adanya tanggung jawab pribadi untuk tetap bertahan hidup.

Lansia yang hidupnya bermakna antara lain digambarkan dengan orang-orang yang menerima dan bersikap positif terhadap ketuaannya serta menjalaninya dengan tenang. Pada dasarnya jika individu memiliki makna hidup yang positif maka akan memunculkan persepsi positif pada diri individu bahwa segala peristiwa yang terjadi memiliki nilai khusus yang berarti dan dapat dijadikan pembelajaran di kehidupan pada masa yang akan datang sehingga dalam hal ini akan menimbulkan rasa bahagia (Kleftaras & Psarra, 2012). Adanya komunikasi timbal balik merupakan salah satu bentuk menciptakan adanya rasa kedamaian ataupun kepuasan bagi lansia sehingga tidak menimbulkan permasalahan tersendiri bagi lansia seperti stress, rasa cemas ataupun frustrasi.

Kegiatan bagi lansia yang bersifat produktif juga membawa implikasi sosial tidak saja bagi lansia itu sendiri, keluarga tetapi juga masyarakat (Suardiman, 2011). Melalui aktivitas mereka dapat berkumpul dan berkomunikasi dengan sesama. Salah satu contoh dari komunikasi yaitu memberikan *storytelling* pada lansia. Pada dasarnya *storytelling* memberikan kesempatan pada lansia untuk berbagi cerita. Adanya *storytelling* lansia bisa berbagi apa yang dirasakannya yang bertujuan untuk mengurangi beban yang ada dan juga *storytelling* untuk berbagi mengenai filosofi dan moral (Light, Stuart and DuBois dalam Lasker & Beukelman, 1999).

*Storytelling* merupakan suatu proses menjelaskan gambaran hidup mengenai sebuah ide, keyakinan, pengalaman pribadi, dan pelajaran hidup melalui cerita yang dapat membangkitkan emosi dan memberi wawasan atau kesadaran terhadap suatu nilai (*insight*) (Serrat, 2008). *Storytelling* atau *storytelling* merupakan aktivitas menuturkan sesuatu yang mengisahkan tentang perbuatan, pengalaman, atau kejadian yang sungguh-sungguh terjadi maupun hasil rekaan (Rahayu, 2013). *Storytelling* merupakan salah satu media komunikasi untuk berbagi pengalaman maupun menanamkan suatu nilai. Cerita yang disampaikan yaitu berupa penggambaran makna hidup, dan bernilai bagi lansia itu sendiri. Maka dari itu *storytelling* yang diberikan untuk lansia dapat diharapkan menjadi sarana komunikasi ataupun berbagi cerita. Jadi secara tidak langsung lansia mengetahui tentang kebermaknaan hidup dengan adanya cerita yang disampaikan.

Dari fenomena inilah tujuan dari penelitian yaitu apakah metode *storytelling* dapat meningkatkan kebermaknaan hidup pada lansia. Sehingga, dalam penelitian ini mengambil judul “Sosial Tresna Werda Jombang”. Melalui metode *storytelling* diharapkan dapat menambah khazanah keilmuan tentang metode *storytelling*

untuk meningkatkan kebermaknaan hidup pada lansia, sehingga mengetahui dampak-dampak dari *storytelling* itu sendiri, menambah wawasan penulis mengenai metode *storytelling* untuk meningkatkan kebermaknaan hidup pada lansia di kehidupan nyata, dan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan atau dikembangkan lebih lanjut, serta referensi terhadap penelitian yang sejenis.

### **Kebermaknaan Hidup (*Meaning of Life*)**

Makna hidup menurut Bastaman (2007) adalah sesuatu yang dirasakan penting, benar, berharga, dan didambakan serta memberikan nilai khusus bagi seseorang dan layak dijadikan tujuan hidup. Dalam menemukan makna hidup diperlukan adanya tanggung jawab pribadi untuk tetap bertahan hidup.

Kebermaknaan hidup, dapat diwujudkan dalam sebuah keinginan untuk menjadi orang yang berguna untuk orang lainnya, apakah itu anak, istri, keluarga dekat, komunitas, negara, dan bahkan umat manusia (Frankl, 2003).

Kerangka pikir teori yang dikemukakan Viktor Frankl digambarkan secara ringkas sebagai berikut: Setiap orang selalu mendambakan kebahagiaan dalam hidupnya. Dalam pandangan teori Viktor Frankl kebahagiaan itu ternyata tidak terjadi begitu saja tetapi merupakan akibat sampingan dari keberhasilan seseorang memenuhi keinginannya untuk bermakna (*the will to meaning*) dan menemukan makna hidupnya (*the meaning of life*). Mereka yang berhasil memenuhinya akan mengalami hidup yang bermakna (*the meaningful life*), dan ganjaran dari hidup yang bermakna adalah kebahagiaan. Di lain pihak mereka yang tak berhasil memenuhi motivasi ini akan mengalami kekecewaan dan kehampaan hidup serta merasakan hidupnya tidak bermakna (Bastaman, 2007).

Dengan demikian makna hidup dapat diartikan sebagai sesuatu yang diharapkan dalam hidup sebagai arah tujuan dalam hidup untuk menemukan suatu istilah yang dianggap bermakna dan dapat menjadikan hikmah dibalik peristiwa yang dialaminya.

Michael F. Streger (2006) makna hidup terdapat dua aspek yang ada dalam diri manusia, yaitu : 1) Kehadiran Makna. Dimana keadaan seseorang merespon tentang kehidupan yang sudah dilaluinya dan sedang dialaminya. Hal ini bersifat subjektif dan bersifat individual tergantung bagaimana seseorang mempresepsikan suatu kejadian atau kasus, serta dipengaruhi oleh waktu, 2) Mencari Makna. Dimana dorongan seseorang untuk mencari makna hidup seberapa besar perjuangan mencari makna dan memahaminya, baik dalam keadaan menderita maupun senang. Pencarian makna hidup merupakan suatu elemen yang dapat melahirkan kebermaknaan hidup pada seseorang dalam berbagai kondisi.

Victor Frankl (dalam Bastaman, 2007) mengemukakan sumber-sumber kebermaknaan hidup, yaitu: 1) *Creative values* (nilai-nilai kreatif) yaitu kegiatan berkarya, bekerja, mencipta serta melaksanakan tugas dan kewajiban sebaik-baiknya dengan penuh tanggung jawab. 2) *Experiential values* (nilai-nilai penghayatan) yaitu keyakinan dan penghayatan akan nilai-nilai kebenaran, kebajikan, keinfahan, keimanan, dan keagamaan, serta cinta kasih. 3) *Attitudinal values* (nilai-nilai bersikap) yaitu menerima dengan penuh ketabahan, kesabaran

dan keberanian segala bentuk penderitaan yang tidak mungkin dielakkan lagi. 4) *Hopeful values* (harapan) yaitu keyakinan akan terjadinya hal-hal yang baik atau perubahan yang menguntungkan di kemudian hari.

Bastaman (2007) mengemukakan gambaran mengenai beberapa sifat khusus dari makna hidup, yaitu: 1) Makna hidup itu sifatnya unik, pribadi dan temporer, artinya apa yang dianggap berarti oleh seseorang belum tentu berarti pula bagi orang lain. makna hidup seseorang dan apa yang bermakna bagi dirinya biasanya bersifat khusus, berbeda dan tak sama dengan makna hidup orang lain, serta mungkin pula dari waktu ke waktu berubah. 2) Makna hidup itu sifatnya unik dan nyata, dalam artian makna hidup benar-benar dapat ditemukan dalam pengalaman dan kehidupan sehari-hari, serta tidak perlu selalu dikaitkan dengan hal-hal yang serba abstrak-filosofis, tujuan-tujuan idealistis dan prestasi-prestasi akademis yang serba menakutkan. 3) Makna hidup adalah memberi pedoman dan arah terhadap kegiatan-kegiatan kita, sehingga makna hidup itu seakan-akan menantang kita untuk memenuhinya. Makna hidup ditemukan dan tujuan hidup ditentukan, kita seakan-akan terdorong untuk melaksanakan dan memenuhinya, serta kegiatan-kegiatan kita pun menjadi lebih terarah kepada pemenuhan itu.

### ***Storytelling***

Secara bahasa *storytelling* adalah interaktif, pendengar mendengarkan cerita yang disampaikan. Metode *storytelling* merupakan sebuah metode yang dilakukan seseorang dengan cara membaca. *Storytelling* merupakan suatu proses menjelaskan gambaran hidup mengenai sebuah ide, keyakinan, pengalaman pribadi, dan pelajaran hidup melalui cerita yang dapat membangkitkan emosi dan memberi wawasan atau kesadaran yang mendalam terhadap sesuatu (*insight*) (Serrat, 2008).

*Storytelling* merupakan suatu kegiatan menceritakan sebuah cerita dengan cara yang menghibur, mengesankan, atau secara dramatisasi. Proses *storytelling* dapat dilakukan dengan posisi berdiri atau duduk dan menggunakan suara atau bahasa tubuh dalam menyampaikan isi cerita tanpa membaca isi buku atau cerita.

Ketika *storytelling*, pencerita dapat melakukan dengan teknik yang menarik agar pesan yang disampaikan dalam cerita dapat tersampaikan kepada pendengar. Hal ini bisa dilakukan dengan cara pengucapan atau peniruan suara, intonasi atau nada, penghayatan tokoh dalam cerita, gerakan maupun kemampuan bahasa yang komunikatif.

Metode *storytelling* memiliki beberapa manfaat yakni, *storytelling* dapat memungkinkan seseorang untuk menunjukkan sisi emosional mereka yang sesungguhnya yang mungkin seringkali sulit untuk diungkapkan dengan cara yang biasa (Serrat, 2008). Secara umum metode *storytelling* merupakan salah satu cara untuk : 1) Membuat konsep yang ingin disampaikan menjadi sesuatu yang penuh makna. 2) Menjadi sarana penghubung antara seseorang dengan suatu pemikiran. 3) Dapat menjadi sarana berbagi inspirasi dan meningkatkan motivasi untuk bertindak atau melakukan suatu perubahan. 4) Memberi kesempatan dalam



memandang sesuatu dari sudut pandang yang berbeda. 5) Mengembangkan suatu pesan moral yang berharga terhadap suatu keadaan dengan mengaplikasikan pengetahuan dan pengalaman seseorang di dalamnya, sehingga member kemungkinan untuk menemukan solusi terhadap suatu permasalahan. 6) Sebagai media untuk menyampaikan suatu pesan moral. 7) Dapat memberi inspirasi untuk melakukan suatu perubahan dalam diri seseorang (Serrat, 2008).

Selain itu, dengan metode *storytelling* seseorang dapat memberi kesadaran pada orang lain untuk melakukan perubahan dan menanamkan nilai moral. Melalui *storytelling* kita dapat menemukan sejarah kehidupan kita, hal yang diinginkan di masa depan, serta tujuan hidup. Seorang pencerita (*storyteller*) juga dapat meningkatkan motivasi seseorang lewat cerita yang ia sampaikan. Jika seseorang yang mendengarkan cerita dapat memahami secara jelas mengenai maksud dan makna dari cerita yang disampaikan kemudian dikaitkan dengan kehidupan yang ia jalani, maka individu tersebut akan dapat memahami setiap kejadian yang terjadi dalam hidupnya dan dapat merencanakan kehidupannya secara lebih baik di masa depan.

### ***Storytelling dan Meaning of Life***

Pada dasarnya lansia merupakan masa dimana identik dengan penurunan baik secara fisik maupun psikologis. Pada masa ini lansia memiliki perkembangan yang tentunya berbeda dengan ketika ia berada di fase anak-anak ataupun remaja. Hurlock (1980) menyatakan bahwa perubahan yang dialami lansia adalah : 1) Perubahan Fisik yaitu perubahan kondisi fisik terjadi pada usia lansia dan sebagian besar perubahan terjadi ke arah yang memburuk, proses dan kecepatannya sangat berbeda untuk masing-masing individu. 2) Perubahan kemampuan motorik yaitu orang lansia pada umumnya menyadari bahwa lebih lambat dan koordinasi gerak kurang baik dibandingkan pada masa muda. Perubahan kemampuan motorik disebabkan oleh pengaruh fisik dan psikologis. 3) Perubahan kemampuan mental yaitu kemampuan mental lansia semakin berkurang karena adanya penurunan fungsi dan kemampuan dalam panca indera. 4) Perubahan minat yaitu hubungan antara jumlah keinginan dan minat pada seluruh tingkat usia ternyata erat dengan keberhasilan penyesuaian.

Lansia dinilai sebagai orang yang sakit-sakitan, tidak menyenangkan, merepotkan bahkan tidak memberikan kontribusi yang positif bagi orang-orang disekitarnya. Sehingga tak jarang banyak keluarga yang menitipkan lansia di panti werdha. Keluarga yang menitipkan lansia di panti werdha beralasan bahwa mereka merupakan orang yang menyusahkan dan menjadi beban bagi keluarganya. Ketika lansia merasa bahwa dirinya telantar, menyusahkan bagi keluarga dapat mempengaruhi bagaimana lansia dalam menjalani kehidupan di panti. Karena pada masa ini lansia akan memulai memikirkan hal apa saja yang sudah ia lalui, hal apa saja yang sudah ia capai, dan makna hidupnya. Akan tetapi adanya anggapan yang negatif dari keluarga atau lingkungan sekitar dapat mempengaruhi lansia dalam memaknai hidupnya.

Kebermaknaan hidup pada lansia berkaitan dengan tujuan hidup, kepuasan hidup, fungsi fisik, dan hubungan dengan orang lain. Persoalan makna hidup, menurut Madjid (Bastaman, 2007) begitu besar dan penting artinya, karena kosongnya makna hidup akan membuat orang tidak tahan terhadap penderitaan dan tidak memiliki rasa harga diri yang kokoh. Rendahnya makna hidup yang dimiliki lansia akan menimbulkan rasa kehampaan, kesepian, dan rasa bosan, depresi, merasa diabaikan, dan merasa tidak dihargai. Menurut Crumbaugh (Koeswara, 1987), kekurangan makna hidup bisa menjadi sebab maupun akibat kondisi depresi, baik kekurangan makna maupun kondisi depresi bisa ditimbulkan oleh penyebab-penyebab lain. Ketika lansia memiliki makna hidup mereka akan menjalani hidup dengan rasa bahagia, semangat untuk hidup, dan memiliki tujuan baik jangka pendek maupun jangka panjang.

Kebermaknaan hidup dapat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan eksternal. Yang termasuk dalam faktor internal adalah pengalaman masa lalu, pemahaman akan diri, bertindak dan berpikiran positif, dan ibadah. Sedangkan yang termasuk dalam faktor eksternal adalah dukungan sosial, keluarga dan lingkungan terdekat.

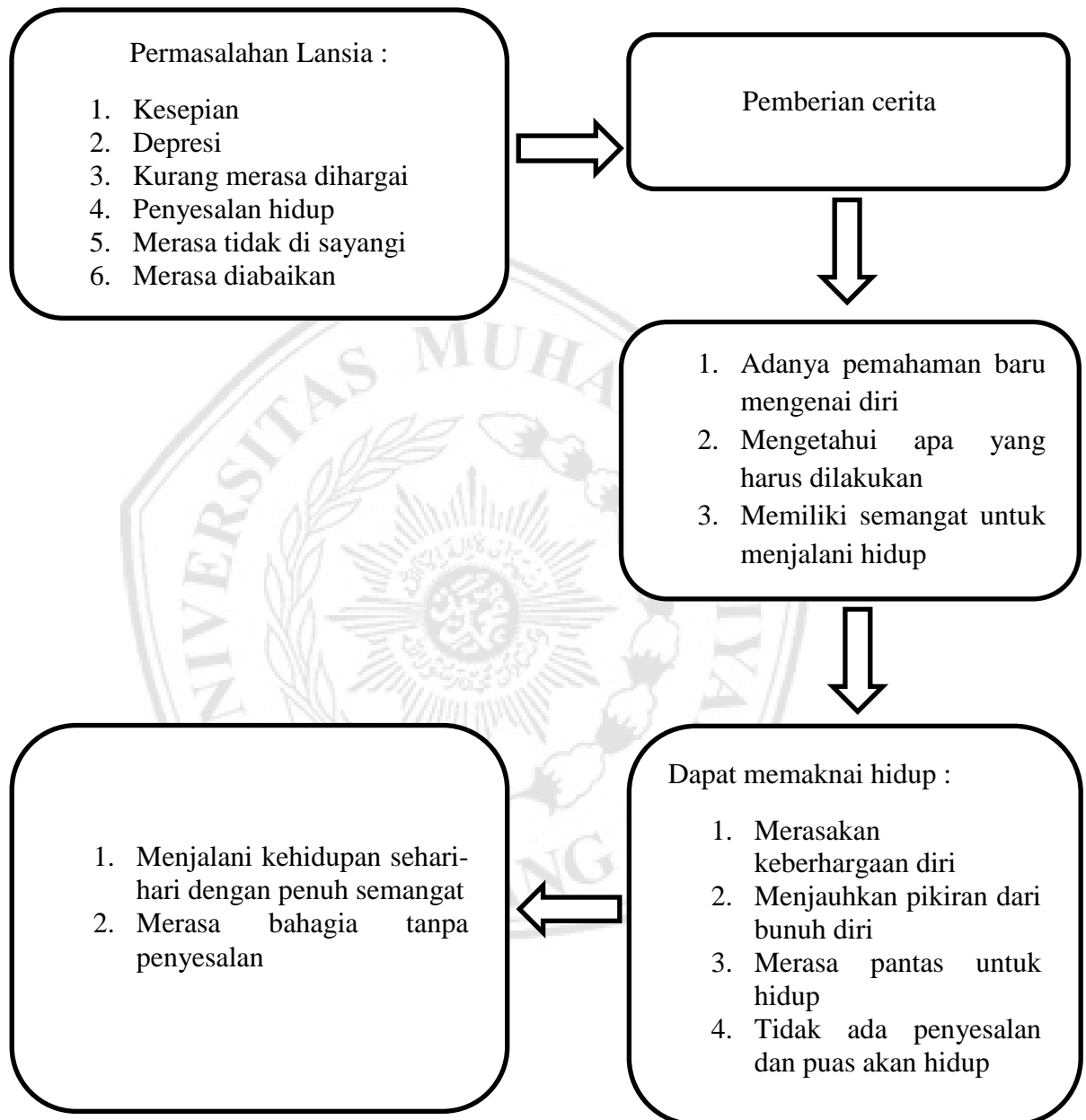
Pada kenyataannya, setiap manusia tak terkecuali lansia terkadang belum menemukan arti dari kebermaknaan hidupnya. Ketika memasuki usia lanjut maka waktu luang hendaknya benar-benar diisi dengan kegiatan yang terarah yang diperlukan untuk mengisi waktu luang dan berdampak positif dan menentramkan hati (Padila, 2013). Dengan menggunakan metode *storytelling* sebagai salah satu sarana untuk berbagi cerita yang berdampak positif sehingga diharapkan dapat memberi kesempatan untuk lansia mengetahui dari kebermaknaan hidup itu sendiri. Pemberian *storytelling* pada lansia, mereka dapat memahami dirinya, mengetahui apa yang harus dilakukan, dan memiliki semangat untuk hidup. Karena dengan memiliki hal tersebut akan dapat mengembangkan diri ke arah gambaran yang sesuai dengan keinginan dan mampu melakukan komitmen dengan hal-hal seperti seperti nilai-nilai yang dianggap penting dan bermakna untuk dipenuhi, sebab setiap individu memiliki tanggung jawab mengembangkan dirinya dan menemukan makna hidupnya.

Adanya komunikasi merupakan suatu bentuk interaksi timbal balik antara satu orang atau lebih. Komunikasi yang positif dapat menciptakan perasaan nyaman dan timbul adanya motivasi. Salah satu bentuk komunikasi yang dilakukan yaitu dengan *storytelling*. *Storytelling* merupakan sebuah kegiatan yang dilakukan oleh dua orang atau lebih yang disampaikan langsung secara lisan. Adanya *storytelling* lansia dapat berbagi pengalaman mengenai hidup, menyampaikan pendapat sehingga memunculkan pemahaman ide baru, memberikan saran dan masukan terhadap sebuah gagasan (Serrat, 2008).

Sebab, salah satu dari manfaat *storytelling* itu sendiri yaitu dapat menjadi sarana berbagi inspirasi dan meningkatkan motivasi untuk bertindak atau melakukan suatu perubahan (Serrat, 2008). Karena pada proses *storytelling* ini lansia diberikan kesempatan untuk menceritakan dan menyampaikan hal-hal mengenai kehidupan yang mereka alami. Selain itu *storytelling* mampu memunculkan pemahaman baru bagi pendengarnya dan mengkaitkan dengan permasalahan yang

mereka alami. Sehingga lansia akan menemukan makna hidupnya dari nilai-nilai yang terkandung dalam cerita. Dengan demikian ketika mereka dapat memaknai hidup kegiatan-kegiatan mereka menjadi lebih terarah dan menyadari bahwa ada hikmah dibalik semua peristiwa.

### Kerangka Berpikir



### Hipotesa

*Storytelling* dapat meningkatkan *meaning of life* pada lansia.

## METODE PENELITIAN

### Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian eksperimen, yaitu penelitian yang dilakukan dengan melakukan manipulasi yang bertujuan untuk mengetahui akibat manipulasi terhadap perilaku individu yang diamati. Manipulasi yang dilakukan dapat berupa situasi atau tindakan tertentu yang diberikan kepada individu atau kelompok, dan setelah itu dapat dilihat pengaruhnya. Eksperimen dilakukan untuk mengetahui efek yang ditimbulkan dari suatu perlakuan yang diberikan secara sengaja oleh peneliti. Sesuai dengan tujuan untuk mengetahui efek suatu perlakuan, maka penelitian eksperimen merupakan penelitian yang bersifat prediktif, yaitu meramalkan akibat dari suatu manipulasi terhadap variabel terikatnya. Dengan pemberian suatu perlakuan, peneliti dapat meramalkan akibat apa yang akan terjadi pada variabel terikatnya (Latipun, 2006).

Penelitian eksperimen ini termasuk dalam desain eksperimen kuasi (*quasi experiment*) dengan menggunakan pendekatan *nonrandomized control group pretest posttest design* merupakan desain eksperimen yang dilakukan dengan prates sebelum perlakuan diberikan dan pascates sesudahnya. Jadi ada dua kelompok yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Dalam penentuannya anggota sampelnya dipilih berdasarkan kelompok-kelompok yang sudah tersedia (Latipun, 2006).

Desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain kelompok kontrol tidak diberi perlakuan dengan pengukuran awal-pengukuran ulang (Shadish, Cook & Campbell, 2002). Desain eksperimen digambarkan dalam tabel 1.

**Tabel 1. Rancangan Eksperimen**

Kelompok	Pretest	Perlakuan	Posttest
KE	Y1	X	Y2
KK	Y1	-X	Y2

Keterangan :

- KE : Kelompok Eksperimen (kelompok yang dikenai perlakuan)
- KK : Kelompok Kontrol (kelompok yang tidak dikenai perlakuan)
- Y1 : Pengukuran Awal
- Y2 : Pengukuran Akhir
- X1 : Perlakuan *Storytelling*
- X : Tanpa Perlakuan

### Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah lansia yang bertempat tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Jombang dengan rentang usia 60 tahun ke atas. Terdapat 18 subjek dari 35 yang masuk dalam kategori rendah. Terdiri dari sembilan subjek pada kelompok eksperimen dan sembilan subjek pada kelompok kontrol. Adapun

karakteristik subjek yang digunakan dalam penelitian ini yaitu: 1) lansia yang berusia 60 tahun ke atas, 2) lansia yang bisa diajak untuk berkomunikasi, 3) memiliki pendengaran yang baik, 4) memiliki intelektual atau bisa diajak untuk berdiskusi, 5) memiliki skor skala kebermaknaan hidup dalam kategori rendah.

Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan keinginan atau sesuai dengan apa yang dikehendaki. Teknik *purposive sampling* dikenakan pada sampel yang karakteristiknya sudah ditentukan dan diketahui lebih dulu berdasarkan ciri dan sifat populasinya (Winarsunu, 2009).

### **Variabel dan Instrumen Penelitian**

Penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu pertama variabel bebas (X) berupa *storytelling*. Secara bahasa *storytelling* adalah interaktif, pendengar mendengarkan cerita yang disampaikan. Metode *storytelling* merupakan sebuah metode yang dilakukan seseorang dengan cara membaca. *Storytelling* merupakan sebuah kegiatan yang melibatkan dua orang atau lebih yang diberikan secara lisan dengan tujuan untuk berbagi informasi, memunculkan ide-ide dan pemahaman baru bagi yang mendengarnya. Kedua yaitu variabel terikat (Y) berupa kebermaknaan hidup. Makna hidup adalah sesuatu yang diharapkan dalam hidup sebagai arah tujuan dalam hidup untuk menemukan suatu istilah yang dianggap bermakna dan dapat menjadikan hikmah dibalik peristiwa yang dialaminya.

Dalam penelitian ini objek yang digunakan yaitu dongeng ataupun cerita melalui media atau disampaikan secara langsung oleh peneliti. Cerita yang disampaikan kepada subjek yaitu cerita tanpa gambar yaitu cerita yang disampaikan langsung yang mengungkap aspek dari kebermaknaan hidup. Bentuk perlakuan yang dilakukan dalam penelitian eksperimen ini yaitu dengan memberikan atau memperdengarkan cerita kepada lansia yang disampaikan oleh peneliti. Perlakuan mendengarkan cerita akan berlangsung selama tujuh hari. Cerita yang disampaikan seperti cerita sehari-hari, dan cerita tentang kehidupan. Adapun cerita yang diberikan memuat aspek-aspek dari kebermaknaan hidup.

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan skala *meaning in life* dari Michael F. Steger (2006). Adapun jumlah item dari skala tersebut yaitu 10 item dengan teknik penskalaan Likert (lima pilihan persetujuan) dimana item-item tersebut mengungkap aspek-aspek kebermaknaan hidup pada lansia. Pengukuran ini nantinya mengumpulkan skor pretest dan posttest pada subjek penelitian. Adapun hasil dari uji validitas dan reliabilitas diperoleh hasil 10 item yang valid dengan rentangan 0,786 - 0,836 dan angka reliabilitas bernilai 0,838.

### **Prosedur dan Analisa Data**

Adapun prosedur dalam penelitian eksperimen yaitu: 1) Tahap persiapan, tahap persiapan ini dimulai dari pembuatan modul yang berisi tentang tujuan pemberian *storytelling* kepada lansia, cerita yang akan digunakan untuk perlakuan, waktu dan tempat penelitian, isi dari setiap sesi, 2) Pemilihan skala, yaitu skala *meaning in life* dari Michael F. Steger (2006). 3) Melakukan *try out* pada cerita dan skala yang telah dipilih, 4) Perizinan kepada pihak panti sosial werdha yang akan

dijadikan tempat penelitian, 5) Pada saat turun lapang, peneliti melakukan *pretest* untuk mengetahui tingkat kebermaknaan hidup pada lansia. Hasil *pretest* inilah peneliti memilih lansia yang masuk dalam kategori rendah, 6) Pemberian intervensi berupa *storytelling* kepada subjek sebanyak empat sesi. Sesi yang pertama peneliti memberikan cerita yang berjudul “Kisah Bunga Mawar dan Pohon Bambu” dimana cerita ini menyampaikan pesan bahwa kita hidup harus mensyukuri apa yang telah diberikan Tuhan kepada kita dan mengartikan bahwa semua yang diberikan oleh Tuhan memiliki makna ataupun manfaat baik bagi diri sendiri maupun orang lain. Sesi yang kedua cerita berjudul “TUA!!!” dimana cerita ini menyampaikan pesan bahwa ketika usia sudah menua bukan berarti tidak bisa produktif tetapi semakin tua seharusnya semakin tahu apa makna dari kehidupan ini dalam berbagai kondisi. Sesi yang ketiga berjudul “Bersyukur dan Bahagia” dimana cerita ini menyampaikan pesan bahwa pekerjaan atau kegiatan apapun yang dilakukan harus dengan senang karena ketika kita mengerjakan dengan senang hati, orang lain pun juga ikut merasakan hal yang sama. Sesi yang keempat berjudul “Perjuangan Seorang Nenek” dimana cerita ini menyampaikan pesan bahwa tetap berjuang dan berusaha dalam menghadapi hidup tidak sekedar pasrah kepada Tuhan tetapi juga diimbangi dengan doa, 7) setelah melakukan intervensi, peneliti melakukan *posttest* sebagai bukti apakah terdapat pengaruh pemberian *storytelling* untuk meningkatkan kebermaknaan hidup pada lansia.

Pemberian *pretest* pada penelitian ini dilakukan dengan cara mendatangi perindividu. Pada saat *pretest* peneliti membacakan skala kepada lansia dan mereka hanya menjawab dengan pilihan yang tersedia. Setelah melakukan *pretest* terdapat 18 subjek dari 35 yang masuk dalam kategori rendah. Pada saat intervensi dilakukan dengan cara perindividu. Tujuan dari pemberian perlakuan dengan cara perindividu yaitu agar pemberian *storytelling* lebih efektif dan kondusif karena dari hasil *try out* dengan kondisi subjek yang banyak dan dijadikan satu menjadi tidak efektif sehingga berpengaruh pada hasil *posttest*. Kemudian sama halnya dengan pemberian *posttest*, saat intervensi berlangsung pada sesi diskusi maupun *feedback* juga menggunakan dua bahasa yaitu bahasa jawa dan bahasa indonesia.

Analisa data dilakukan setelah serangkaian proses eksperimen selesai dilakukan. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Mann whitney U Test* yang digunakan untuk mengetahui perbedaan median dua kelompok bebas apabila skala data variabel terikatnya adalah normal atau interval atau rasio tetapi tidak berdistribusi normal.

## HASIL PENELITIAN

Setelah penelitian ini dilakukan diketahui bahwa beberapa hasil akan dipaparkan dengan beberapa tabel berikut. Tabel pertama pada hasil penelitian merupakan karakteristik subjek yang dimaksudkan terbagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jombang. Pada tabel 1. memaparkan karakteristik subjek yang berisi usia, jenis kelamin, dan rata-rata skor kebermaknaan hidup.

**Tabel 2. Karakteristik Subjek Penelitian**

Kelompok	Usia	Jenis Kelamin	Rata-rata skor <i>pretest</i>
Eksperimen	60-80	Perempuan	19,78
Kontrol	60-80	Perempuan	19,44

Berdasarkan tabel 3, terlihat bahwa keseluruhan subjek pada kedua kelompok baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol dalam kondisi tingkat kebermaknaan hidup dalam kategori rendah. Rentan usia pada penelitian ini yaitu 60 tahun ke atas dan masing-masing kelompok terdiri dari perempuan sebanyak sembilan orang. Seluruh subjek merupakan lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Jombang. Rata-rata skor *pretest* kedua kelompok tersebut dalam kategori rendah.

Pada penelitian kali ini peneliti menganalisa skor sebelum diberi perlakuan pada kedua kelompok dengan menggunakan uji *mann whitney*.

**Tabel 3. Uji Mann Whitney Data Pretest Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Kelompok	N	Z	P
Eksperimen	9	-0,729	0,466
Kontrol	9		

Berdasarkan hasil uji analisis *mann whitney* pada tabel 4 diperoleh hasil  $p > 0,05$  ( $p=0,466$ ). Hasil tersebut menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada skor kebermaknaan hidup pada kedua kelompok. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kondisi kedua kelompok dalam keadaan yang setara sebelum diberi perlakuan pada kelompok eksperimen. Selanjutnya adalah gambaran tingkat kebermaknaan hidup pada kedua kelompok dengan kondisi yang berbeda yaitu *pretest* dan *posttest*.

**Tabel 4. Uji Wilcoxon Data Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Kelompok	N	Rerata skor <i>meaning of life</i>		Z	P
		<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>		
Eksperimen	9	19,78	35,56	-2,677	0,007
Kontrol	9	19,44	19,67	-0,816	0,414

Berdasarkan hasil uji analisis *wilcoxon* pada tabel 4 diperoleh hasil nilai  $p < 0,05$  ( $p=0,007$ ). Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada skor kebermaknaan hidup kelompok eksperimen pada hasil *pretest* dan *posttest*. Sementara itu, berdasarkan hasil uji analisis *wilcoxon* pada kelompok kontrol

diperoleh hasil nilai  $p > 0,05$  ( $p=0,414$ ). Hasil tersebut menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada skor *pretest* dan *posttest*.

Tahap terakhir untuk hasil penelitian, peneliti melakukan analisa skor sesudah diberi perlakuan pada kedua kelompok dengan menggunakan uji *mann whitney*.

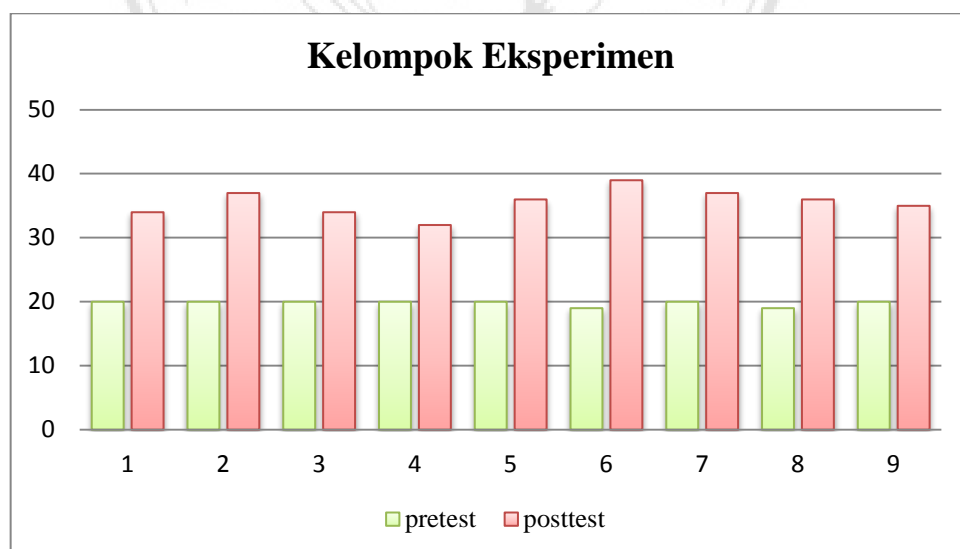
**Tabel 5. Uji Mann Whitney Data Posttest Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Kelompok	N	Z	P
Eksperimen	9	-3,621	0,000
Kontrol	9		

Berdasarkan tabel 6 uji *mann whitney*, didapatkan  $p < 0,05$  ( $p=0,000$ ). Hal ini membuktikan bahwa terdapat perbedaan skor kebermaknaan hidup yang signifikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol sesudah diberikan perlakuan berupa *storytelling*. Hal ini menunjukkan bahwa skor kebermaknaan hidup pada kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan berupa *storytelling* lebih tinggi daripada kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil analisis yang telah dipaparkan dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima yaitu *storytelling* dapat meningkatkan kebermaknaan hidup pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jombang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kebermaknaan hidup pada kelompok eksperimen lebih tinggi daripada kelompok kontrol.

Berikut ini pemaparan diagram kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa *storytelling*.

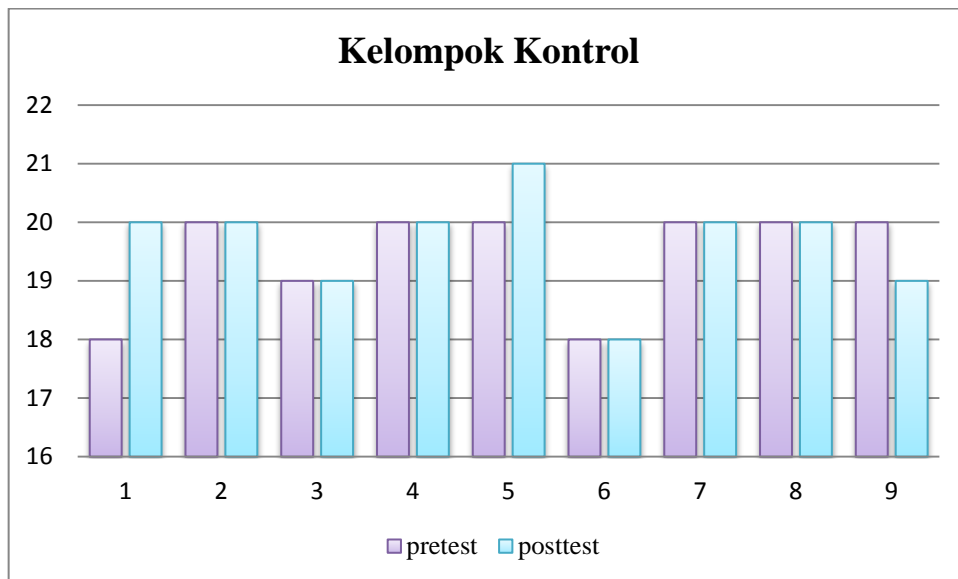


**Gambar 1. Hasil pretest-posttest kelompok eksperimen**



Berdasarkan gambar 1 dapat diketahui bahwa sebanyak sembilan orang dalam kelompok eksperimen. Hasil dari skor *pretest* pada kelompok eksperimen antara 19 sampai 20 dimana skor tersebut dalam kategori rendah. Setelah diberikan perlakuan, sembilan subjek tersebut mengalami peningkatan pada skor *posttest*. Hal ini dapat disimpulkan bahwa kebermaknaan hidup pada lansia secara keseluruhan mengalami peningkatan setelah diberikan perlakuan dengan *storytelling* yang berarti bahwa lansia dalam merespon kebermaknaan hidup membaik daripada sebelumnya.

Berikut ini pemaparan diagram kelompok kontrol tanpa diberikan perlakuan.

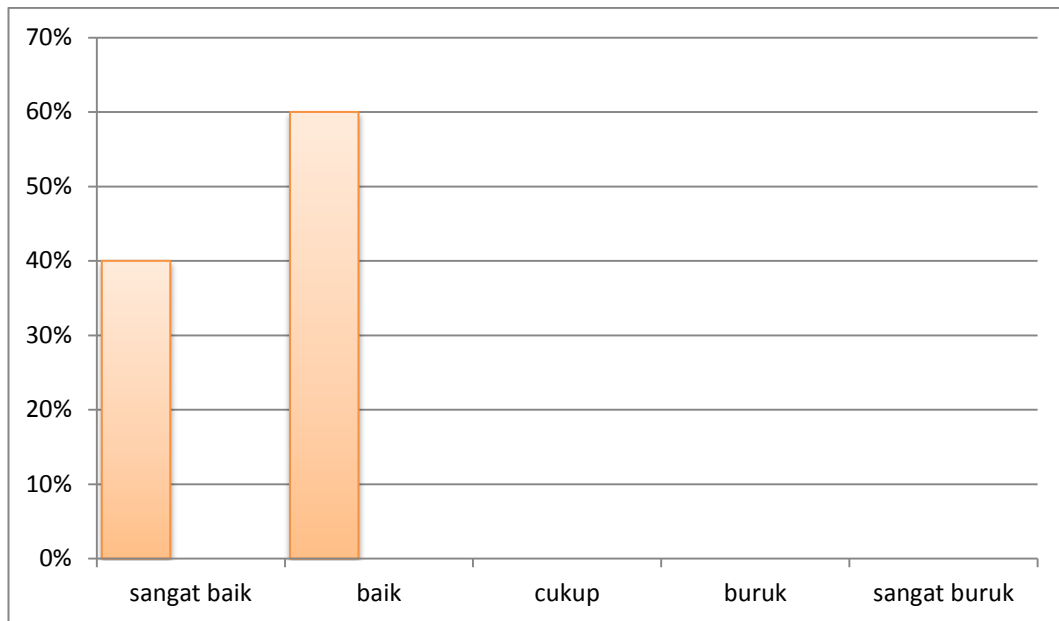


**Gambar 2. Hasil *pretest-posttest* kelompok kontrol**

Berdasarkan gambar 2 di atas dapat diketahui bahwa sebanyak sembilan orang dalam kelompok kontrol. Hasil dari skor *pretest* pada kelompok kontrol antara 18 sampai 20 dimana skor tersebut dalam kategori rendah. Pada kelompok ini tidak diberikan adanya perlakuan sehingga ketika pada skor *posttest* tidak ada peningkatan yang signifikan pada sembilan subjek tersebut. Hal ini dapat disimpulkan bahwa *storytelling* dapat mempengaruhi kebermaknaan hidup pada lansia.

#### **Deskripsi hasil *manipulation check***

Uji pemahaman atau uji manipulasi dalam penelitian dilakukan untuk mengetahui perbedaan yang maksimal dalam kelompok eksperimen. Pengukuran dalam uji manipulasi dilakukan agar subjek secara akurat dapat memiliki perbedaan dengan subjek lainnya pada perlakuan variabel.



**Gambar 3. Deskripsi hasil *manipulation check***

Berdasarkan uji pemahaman yang dilakukan setelah *posttest* dimana terdapat lima macam pertanyaan seputar cerita yang diberikan saat *storytelling* untuk mengukur apakah cerita yang disampaikan dapat dipahami atau tidak. Diperoleh data dalam kategori sangat baik terdapat 40%, kategori baik 60%, sedangkan kategori cukup, buruk, dan sangat buruk 0%. Hal ini menunjukkan hasil uji pemahaman ini subjek dapat memahami terkait dengan cerita yang disampaikan.

### DISKUSI

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa menunjukkan adanya peningkatan kebermaknaan hidup pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jombang melalui *storytelling*. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan antara *pretest* dan *posttest* dimana nilai *posttest* lebih tinggi dari *pretest* setelah diberikan perlakuan. Tingkat keberhasilan dari *storytelling* ini berdasarkan nilai pada uji *mann whitney* yaitu terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan dan kelompok kontrol tanpa diberikan perlakuan.

Penelitian ini melibatkan 18 subjek dengan rentang usia 60 tahun ke atas. Subjek yang digunakan dengan rentang usia tersebut merupakan dalam kategori lansia, dimana pada masa lansia ini merupakan masa yang mengalami banyak perubahan. Perubahan-perubahan inilah yang membuat lansia berpikir bahwa dirinya sudah tidak berguna. Hal ini sama seperti hasil penelitian pada saat di panti bahwa sebagian dari mereka merupakan orang-orang yang terlantar baik ditelantarkan oleh keluarga maupun terlantar di jalan sehingga dari pemaparan lansia tersebut mereka merasa bahwa dirinya terbuang, merasa kesepian yang membuat lansia merasa tidak ada yang memberikannya perhatian secara khusus.

Baron & Byrne (2005) mengatakan bahwa perpindahan ke lokasi baru dapat menimbulkan kesepian. Kesepian merupakan suatu masalah yang dapat memberikan dampak negatif yang akan mempengaruhi psikologis pada lansia (Winnigham & Pike, 2008). Dengan demikian makna hidup yang positif sangat berperan penting untuk menimbulkan perasaan berharga dan puas yang akan menimbulkan perasaan bahagia dalam menjalani kehidupan sehari-hari di panti.

*Storytelling* pada umumnya dapat membantu subjek lebih mengetahui dan memahami arti dari kebermaknaan hidup. Selain itu *storytelling* dianggap mampu meningkatkan kebermaknaan hidup pada setiap aspeknya. Metode *storytelling* ini merupakan suatu metode *storytelling* dimana cerita yang disampaikan berisi pesan seperti di kehidupan sehari-hari sehingga isi dalam cerita tersebut bisa tersampaikan. Hasil yang didapat dengan menggunakan metode *storytelling* berpengaruh positif dalam meningkatkan kebermaknaan hidup pada lansia. Kusumaningrum, Gultonm, & Dewi (2011) yang menyatakan *storytelling* merupakan aktivitas yang menyenangkan, sehingga memberikan efek santai yang akan menyebabkan pengeluaran hormon yang dapat merubah suasana hati atau perasaan dan meningkatkan kesejahteraan.

Pemberian terapi bercerita kepada lansia dapat mengembangkan emosi dan kondisi psikologis lansia menjadi lebih positif. Penyampaian informasi melalui alur cerita membuat lansia lebih mudah untuk mengerti dan memahami peran moral yang terkandung dalam setiap cerita sehingga mampu memotivasi lansia untuk menjalani masa tuanya dengan tenang dan sejahtera (Utami, & Nirmala, 2016). *Storytelling* ini tidak hanya bertujuan untuk intervensi tetapi juga sebagai sarana berbagi cerita mengenai pengalaman yang dialami oleh lansia. Hal ini mengajarkan pada seseorang mengenai permasalahan yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari sehingga mereka dapat mengetahui bagaimana cara menerima dan menghadapi suatu permasalahan. Dalam hal ini ketika seseorang memaknai setiap keadaan ataupun permasalahan yang dihadapinya menjadikan orang tersebut lebih berpikir positif dan bahagia.

Pada saat proses *feedback*, lansia diharapkan memperoleh pengalaman-pengalaman yang bisa diaplikasikan pada kehidupan sehari-hari dari setiap cerita yang disampaikan yang dikaitkan dengan aspek kebermaknaan hidup. Sebelum peneliti menyampaikan isi atau pesan dari setiap cerita, subjek diminta terlebih dahulu untuk memberikan tanggapan. Tanggapan dapat berupa menyimpulkan isi cerita, menceritakan cerita yang mirip dengan cerita yang dibahas, dan pengalaman pribadi subjek yang berhubungan dengan cerita yang dibahas.

Penelitian ini mengarah pada teori yang memiliki beberapa aspek yaitu kehadiran makna dan pencarian makna dimana kedua aspek tersebut sama-sama mendapatkan perubahan yang cukup besar. Kehadiran makna dalam penelitian ini adalah memberikan pengetahuan kepada subjek terkait dengan menerima kehidupan baik sesudah ataupun yang sedang dialaminya. Pada dasarnya lansia mengalami banyak perubahan baik perubahan fisik ataupun kesehatan sehingga dalam hal ini menanamkan pola pikir bahwa bukan menjadi kendala dalam menjalankan hidup. Aspek kedua yaitu pencarian makna dimana dorongan

seseorang untuk mencari dan memahaminya. Pada aspek ini memberitahukan kepada subjek bahwa mencari makna hidup dapat melahirkan kebermaknaan hidup dalam berbagai kondisi.

Dengan metode *storytelling* membuat lebih mudah untuk meningkatkan kebermaknaan hidup pada lansia karena pada dasarnya mereka merasakan bahwa dengan metode ini layaknya seperti berbagi cerita atau pengalaman. Sehingga para lansia tidak menyadari bahwa yang diberikan mengungkap aspek kebermaknaan hidup. Seperti halnya yang diungkapkan subjek SRT “*suwun yo nduk mari mok ceritani pikiranku dadi padang. Aku saiki wes gak usah mikirno seng aneh-aneh seng biyen-biyen. Saiki waktune nikmati umurku nang panti, mangan garek mangan, lek enek kegiatan yo melok ae, pokoke akeh-akeh ibadahe barang. Dungo ben anakku kebuka atine iso nerimo aku*”. Dari pernyataan tersebut menjelaskan bahwa setelah diberikan subjek merasa bahwa pikirannya lebih terbuka mengenai kehidupan yang sedang dialaminya. Subjek merasa bahwa pikiran-pikiran negatif mengenai masa lalunya membuat dirinya terhambat untuk melakukan kegiatan-kegiatan yang berada di panti. Selain itu subjek juga memperbanyak ibadah dan berharap bahwa dirinya kelak bisa berkumpul lagi dengan anaknya.

Hal ini sesuai dengan pernyataan Steger, Oishi, & Kashdan (2009) yang menyatakan *meaning of life* mengacu pada sejauh mana seseorang memahami hidup mereka disertai dengan sejauh mana mereka memiliki harapan, misi serta tujuan dalam hidup. Tanpa adanya usaha untuk mencari makna dalam setiap episode hidup, manusia akan kehilangan potensi-potensi terbaiknya (Baumeister & Vohs, 2002).

Dengan menyediakan tempat bagi lansia untuk memahami hal tersebut melalui kegiatan berupa cerita, memungkinkan mereka untuk meningkatkan kebermaknaan hidup melalui *storytelling*. Maka dengan metode *storytelling* ini diharapkan pola pikir lansia dalam memaknai hidup menjadi lebih baik.

Berbagai kelebihan yang sudah dijelaskan sebelumnya, bukan berarti penelitian ini tidak memiliki kekurangan. Keterbatasan pada penelitian ini yaitu pada jumlah subjek. Metode *storytelling* ini pada dasarnya membutuhkan tempat yang hening tanpa adanya gangguan akan tetapi ketika pemberian perlakuan pada subjek ada subjek lain yang datang mengajak berbicara sehingga proses pemberian perlakuan terpotong.

## SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan hasil penelitian ini, membuktikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan dan kelompok kontrol tanpa diberikan perlakuan. Penelitian ini membuktikan bahwa pemberian *storytelling* mampu meningkatkan kebermaknaan hidup pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jombang. Implikasi dari penelitian ini meliputi bagi keluarga lansia, diharapkan untuk memberikan kesempatan bagi lansia

*storytelling* atau berbagi cerita sehingga mampu membangun dan meningkatkan kebermaknaan hidup pada lansia. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian *storytelling* dengan pemilihan subjek lebih akurat. Selain itu, jumlah subjek yang lebih banyak lagi dan tidak hanya terbatas pada panti lansia. Sehingga diharapkan dapat membuktikan efektivitas *storytelling* terhadap kebermaknaan hidup.



## DAFTAR PUSTAKA


- Andini, A., & Supriyadi. (2013). *Skripsi. Hubungan antara berpikir positif dengan harga diri pada lansia yang tinggal di panti jompo di bali*. Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Udayana.
- Azizah. (2011). *Keperawatan lanjut usia*. Yogyakarta: Graha ilmu.
- Baron, R. A & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial jilid 2 edisi kesepuluh*. Jakarta: Erlangga
- Bastaman, H.D. (2007). *Logoterapi: Psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Baumeister, R. F., Vohs. K. D., Aaker, J. L., & Garbinsky, E. N. (2012). *Journal: Some key differences between a happy life and meaningful life*. Florida State University.
- Daryll, B. (2011). *The art of story telling*. <http://www.storytell.com.au/art.html>
- Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *An experimental study in existentialism*, 200-2007.
- Frankl, V. E. (2003). *Logoterapi: Terapi psikologi melalui pemaknaan eksistensi*. Yogyakarta: Kreasi Wacana.
- Hawari, D. (2004). *Al qur'an ilmu kedokteran jiwa dan kesehatan jiwa*. Yogyakarta: PT. Dana Bakti Prima
- Hidayat, A. (2014, April 6 th). *Mann whitney u test*. Retrieved December 4, 2016, <http://www.statistikian.com/2014/04/mann-whitney-u-test.html>
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan rentang kehidupan edisi kelima*. Jakarta : Erlangga.
- Kaharingan, E., Bidjuni, H., & Karundeng, M. (2015). Pengaruh penerapan terapi okupasi terhadap kebermaknaan hidup pada lansia di panti werdha damai ranomuut manado. *Ejournal keperawatan*, 1-8.
- Keyes, C. L. M. (2006). Subjective well-being in mental health and human development research worldwide: An introduction. *Social Indicators Research*. Vol. 77.
- Klefaras, & Psarra (2012). Meaning in life, psychological well-being and depressive symptomatology: A comparative study. *Journal Psychology*. Vol. 3. Page : 337-345.
- Koeswara, E. (1987). *Psikologi eksistensial*. Bandung: Penerbit PT. Eresco

- Kusumaningrum, A. Gultonm, N.A & Dewi, N.R. (2011). *Physiological and psychological benefits of therapeutic storytelling to inpatient children*. Universitas Sriwijaya Palembang.
- Lasker, J., & Beukelman, D. R. (1999). Peers' perceptions of story telling by an adult with aphasia. *Aphasiology*, 857-869
- Latipun. (2007). *Psikologi eksperimen*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang Press.
- Padila. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: NuMed
- Park, H. J., & Jeoung, D. Y. (2016). Moderation effects of perfectionism and meaning in life on depression. *Personality and Individual Differences*, 25-29.
- Rahayu, A. Y. (2013). *Menumbuhkan kepercayaan diri melalui kegiatan storytelling*. Jakarta: PT INDEKS.
- Santrock, J. W. (2002). *Life-Span development perkembangan masa hidup edisi kelima jilid 2*. Jakarta : Erlangga.
- Seligman, M. E. P (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *Psychological Science*. Vol 7. Page : 186-189.
- Sembiring, S. M. B.R. (2013). *Skripsi*. Hubungan dukungan sosial keluarga dan status kesehatan dengan gejala depresi pada lansia yang tinggal di up t pelayanan sosial wilayah binjai medan tahun 2013. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Serrat, O. (2008). *Storytelling*. United States of America: Reed Elsevier
- Shadish, W.R., Cook, T.D., & Campbell, D.T. (2002). *Experimental and quasi eksperimental designs for generalized causal inference*. Boston: Houghton Mifflin Company.
- Steger, M. F & Frazier, P. (2006). The Meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. Vol. 53, No 1, 80-93
- Steger, M. F., Oishi, S., & Kashdan, T. B. (2009). Meaning in life across the life span: Levels and correlates of meaning in life from emerging childhood to older adulthood. *The Journal of Positive Psychology*, 43-52.
- Suardiman, S. P. (2011). *Psikologi lanjut usia*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Utami, P. A. S., & Nirmala, N. M. G. A. (2016). Penurunan tingkat depresi lansia melalui storytelling therapy di panti sosial tresna werdha wana seraya denpasar. Vol. 1 No. 1.
- Winarsunu, T. (2009). *Statistik dalam penelitian psikologi pendidikan*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang Press.

Winningham, R. G & N. L. Pike. (2008). A cognitive intervention to enhance institutionalized older adults social support networks and decrease loneliness. *Journal of aging & mental health*. Vol 11. Page: 716-721







# **LAMPIRAN SKALA**

Nama :

P/ L :

Usia :

### PETUNJUK

Sesuai dengan yang saudara/I ketahui, berilah penilaian terhadap diri anda sendiri dengan jujur berdasarkan pernyataan di bawah ini dengan cara memberi tanda checklist salah satu dari lima kolom, dengan keterangan sebagai berikut:

STS : Sangat tidak setuju

TS : Tidak setuju

N : Diantara setuju dan tidak setuju

S : Setuju

SS : Sangat setuju

No.	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Saya memahami arti hidup saya					
2	Saya berusaha mencari sesuatu yang dapat membuat saya memiliki arti hidup					
3	Saya selalu berusaha untuk menemukan tujuan hidup saya					
4	Saya memiliki tujuan hidup yang jelas					
5	Saya memiliki perasaan yang baik agar hidup saya memiliki arti					
6	Saya merasa puas ketika saya menemukan tujuan hidup					
7	Saya selalu mencari sesuatu yang dapat membuat hidup saya menjadi lebih baik					
8	Saya sedang mencari tujuan untuk hidup saya					
9	Saya tidak memiliki tujuan hidup yang jelas					
10	Saya sedang mencari makna dari kondisi yang saya alami saat ini					



# **LAMPIRAN** ***BLUEPRINT***

### Blueprint Skala Kebermaknaan Hidup

No	Indikator	Item		
		F	UF	T
1	Keberadaan Makna	1, 4, 5, 6	9	5
2	Pencarian makna	2, 3, 7, 8, 10	-	5
<b>Total</b>		9	1	10





# **LAMPIRAN UJI ANALISA SPSS**

### Hasil *pretest* kelompok eksperimen

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
eksperimen	9	19	20	19,78	,441
Valid N (listwise)	9				

### Hasil *pretest* kelompok kontrol

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
kontrol	9	18	20	19,44	,882
Valid N (listwise)	9				

### Uji *mann whitney data pretest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

**Ranks**

	kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
pretest	eksperimen	9	10,22	92,00
	kontrol	9	8,78	79,00
	Total	18		

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	pretest
Mann-Whitney U	34,000
Wilcoxon W	79,000
Z	-,729
Asymp. Sig. (2-tailed)	,466
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,605 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: kelompok

b. Not corrected for ties.

### Uji *wilcoxon* kelompok eksperimen

**Descriptive Statistics**

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
pretest	9	19,78	,441	19	20
posttest	9	35,56	2,068	32	39

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest - pretest	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	,00	,00
	Positive Ranks	9 <sup>b</sup>	5,00	45,00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	9		

a. posttest &lt; pretest

b. posttest &gt; pretest

c. posttest = pretest

Test Statistics <sup>a</sup>	
	posttest - pretest
Z	-2,677 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,007

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

### Uji wilcoxon kelompok kontrol

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
pretest	9	19,44	,882	18	20
posttest	9	19,67	,866	18	21

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest - pretest	Negative Ranks	1 <sup>a</sup>	1,50	1,50
	Positive Ranks	2 <sup>b</sup>	2,25	4,50
	Ties	6 <sup>c</sup>		
	Total	9		

a. posttest &lt; pretest

b. posttest &gt; pretest

c. posttest = pretest

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	posttest - pretest
Z	-,816 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,414

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

**Uji mann whitney data posttest kelompok eksperimen dan kelompok kontrol****Ranks**

	kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest	eksperimen	9	14,00	126,00
	kontrol	9	5,00	45,00
	Total	18		

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	posttest
Mann-Whitney U	,000
Wilcoxon W	45,000
Z	-3,621
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,000 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: kelompok

b. Not corrected for ties.




# **LAMPIRAN SKORING**



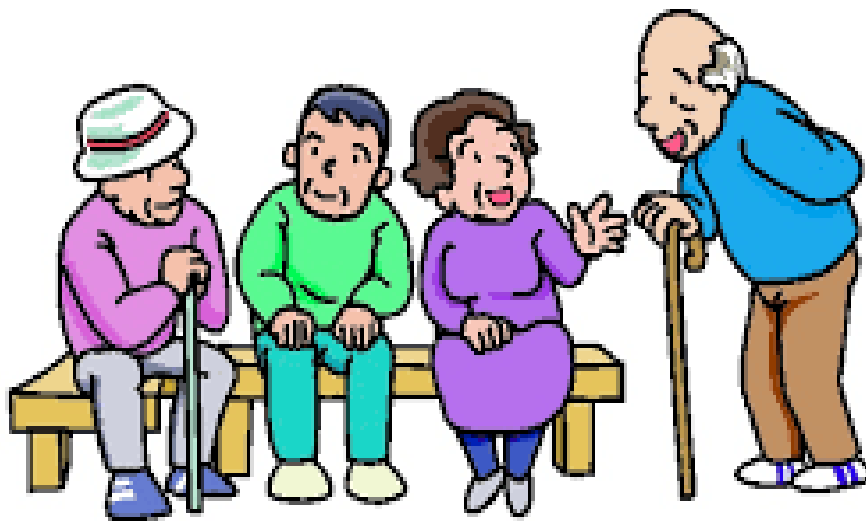
[illegible][illegible]





# **LAMPIRAN MODUL**

**MODUL**  
**METODE *STORYTELLING* UNTUK MENINGKATKAN**  
**MEANING OF LIFE PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL**  
**TRESNA WERDHA JOMBANG**



Oleh :  
Laily Purnama Sari 201310230311352

**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

**2016**

## 1. Latar Belakang

Masa lanjut usia merupakan tahap terakhir dalam kehidupan manusia. Periode lanjut usia seperti halnya periode lain dalam perkembangannya akan muncul beberapa perubahan yang akan dialami. Proses menua yang dialami oleh lansia menyebabkan mereka rentan mengalami berbagai macam perasaan seperti sedih, cemas, kesepian, dan mudah tersinggung. Perasaan negatif yang muncul tersebut merupakan masalah psikologis yang terjadi pada lansia dan memberi pengaruh pada sisi emosional mereka. Perasaan tidak mampu, kematian pasangan atau orang-orang terdekat, hilangnya dukungan sosial dan penurunan kesempatan dalam hal ekonomi karena tidak bekerja atau pensiun (Suprpto, 2013).

Berbagai persoalan tersebut dapat mempengaruhi lansia dalam memaknai kehidupan. Kebermaknaan hidup lansia berkaitan dengan persepsi terhadap kualitas hidup, yang mencakup kesejahteraan psikologis, fungsi fisik yang baik, hubungan dengan orang lain, kesehatan dan aktivitas sosial. Memiliki makna hidup berarti dapat meningkatkan semangat hidup dan meletakkan dasar untuk kesejahteraan

Kemunduran fungsi tubuh dan berkurangnya peran di masyarakat bagi lansia dapat membuat emosi yang labil, mudah tersinggung, gampang merasa dilecehkan, kecewa, tidak bahagia, perasaan kehilangan dan tidak berguna. Lansia sering dianggap tidak berdaya, sakit-sakitan, tidak produktif, serta tak jarang diperlakukan sebagai beban keluarga (Bandiyah, 2009). Selain itu, terdapat perubahan sosial antara lain terjadinya penurunan aktivitas, peran dan partisipasi sosial (Partini, 2002 dalam Sarvatra). Perasaan tersebut muncul dikarenakan rendahnya makna hidup pada diri lansia tersebut sehingga membuat lansia tidak memiliki rasa harga diri yang kuat dan perasaan rendah diri.

Keberadaan keluarga dalam kehidupan lanjut usia memberikan dampak tersendiri bagi lanjut usia, yang tanpa disengaja akan berpengaruh bagi pencapaian kesejahteraannya di hari tua, baik pada kesejahteraan psikologis ataupun kesejahteraan hidup. Menurut Suardiman

(2011) kepuasan hidup menunjuk kepada kesejahteraan. Dengan keberadaan keluarga, lanjut usia merasa mendapatkan dukungan dan diperhatikan, sehingga dapat melanjutkan proses hidupnya. Lansia yang berhasil menemukan makna hidup, maka mereka dapat menjalani kehidupan dengan penuh semangat dan optimisme, mempunyai tujuan yang jelas baik jangka pendek maupun jangka panjang dan bertanggung jawab baik terhadap diri sendiri, lingkungan atau masyarakat.

Berdasarkan data awal dari 3 responden yang telah diwawancarai mengenai makna hidup, diketahui bahwa faktor yang berpengaruh yakni kondisi dukungan sosial dari keluarga. Rata-rata dari lansia tersebut masih memiliki keluarga. Seringkali pihak keluarga datang menjenguk, meskipun hanya sekedar mengantarkan kebutuhan sandang. Adapun dari lansia tersebut jarang dijenguk pihak keluarga, antara lain dikarenakan pihak keluarga tidak memiliki waktu atau memiliki kesibukan lain. Kurangnya intensitas untuk bertemu keluarga inilah yang menyebabkan lansia panti werdha Al-Ishlah merasakan kesepian dan keterasingan dari lingkungan. Jika lansia dapat mempertahankan pola hidup dengan baik serta mampu memandang suatmakna kehidupan, maka sampai ajal menjemput, mereka masih dapat berbuat hal yang banyak bagi kepentingan semua orang (Sukarti, 2004).

Dalam berbagai masalah yang timbul tersebut dapat mempengaruhi kebermaknaan hidup lanjut usia. Makna hidup mempunyai arti yang berbeda pada setiap individu tergantung dari sudut pandang tertentu individu melihatnya dan mengartikannya. Makna hidup adalah hal-hal yang dianggap sangat penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan. Jika hal itu berhasil dipenuhi maka akan menyebabkan seseorang merasakan kehidupan yang berarti yang pada akhirnya akan menimbulkan perasaan bahagia (Bastaman, 2007). Sedangkan Seligman (2005) menjelaskan bahwa kebahagiaan merupakan konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitas-aktivitas positif yang disukai oleh individu tersebut, kemudian membagi emosi positif tersebut menjadi tiga

macam yaitu emosi yang diarahkan atau datang dari masa lalu, masa sekarang dan masa depan. Rasa puas, bangga, dantenang adalah emosi yang berorientasi pada masa lalu. Optimisme, harapan, kepercayaan, keyakinan dan kepercayaan diri adalah emosi yang berorientasi pada masa depan. Semangat, riang, gembira, ceria serta merujuk pada aktivitas yang disukai merupakan emosi positif yang berasal dari masa sekarang. Hidup yang bermakna adalah corak kehidupan yang sarat dengan kegiatan, penghayatan, dan pengalaman-pengalaman bermakna. Makna hidup menurut Bastaman (2007) adalah sesuatu yang dirasakan penting, benar, berharga, dan didambakan serta memberikan nilai khusus bagi seseorang dan layak dijadikan tujuan hidup. Dalam menemukan makna hidup diperlukan adanya tanggung jawab pribadi untuk tetap bertahan hidup.

Lanjut usia yang hidupnya bermakna antara lain digambarkan dengan orang-orang yang menerima dan bersikap positif terhadap ketuaannya serta menjalaninya dengan tenang. Pada dasarnya jika individu memiliki makna hidup yang positif maka akan memunculkan persepsi positif pada diri individu bahwa segala peristiwa yang terjadi memiliki nilai khusus yang berarti dan dapat dijadikan pembelajaran di kehidupan pada masa yang akan datang sehingga dalam hal ini akan menimbulkan rasa bahagia (Kleftaras & Psarra, 2012). Adanya komunikasi timbal balik merupakan salah satu bentuk menciptakan adanya rasa kedamaian ataupun kepuasan bagi lanjut usia sehingga tidak menimbulkan permasalahan tersendiri bagi lanjut usia seperti stress, rasa cemas ataupun frustrasi. Kegiatan bagi lansia yang bersifat produktif juga membawa implikasi sosial tidak saja bagi lanjut usia itu sendiri, keluarga tetapi juga masyarakat (Suardiman, 2011).

Melalui aktivitas mereka dapat berkumpul dan berkomunikasi dengan sesama. Salah satu contoh dari komunikasi yaitu memberikan *storytelling* pada lanjut usia. Metode tersebut dirasa mampu untuk meningkatkan *meaning of life* pada lansia. Pada dasarnya *storytelling* memberi kesempatan pada lansia untuk berbagi cerita dan pengalaman hidup. Menurut Serrat (2008) *storytelling* merupakan suatu



proses menjelaskan gambaran hidup mengenai sebuah ide, keyakinan, pengalaman pribadi, dan pelajaran hidup melalui cerita yang dapat membangkitkan emosi dan memberi wawasan atau kesadaran terhadap suatu nilai (Serrat, 2008).

Seperti penelitian sebelumnya yang berjudul “*Storytelling* untuk Meningkatkan *Happiness* pada Lansia yang Tinggal di Panti Werdha” diketahui bahwa hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat *happiness* pada subyek penelitian sebelum mendapat perlakuan dengan setelah mendapatkan perlakuan (*storytelling*). Terbukti bahwa metode *storytelling* mampu meningkatkan *happiness* pada lansia karena dengan sebuah cerita, seseorang dapat membangkitkan emosi orang lain. Selain itu *storytelling* merupakan salah satu media komunikasi untuk berbagi pengalaman maupun menanamkan suatu nilai. Cerita yang disampaikan yaitu berupa penggambaran makna hidup, serta bernilai bagi pendengar maupun pencerita.

Berdasarkan pemaparan diatas, modul ini dibuat sebagai rancangan untuk melakukan intervensi melalui metode *story telling* yang diharapkan dapat meningkatkan *meaning of life* pada lansia.

## 2. Teori Dasar

### Pengertian *Meaning Of Life*

Makna hidup menurut Bastaman (2007) adalah sesuatu yang dirasakan penting, benar, berharga, dan didambakan serta memberikan nilai khusus bagi seseorang dan layak dijadikan tujuan hidup. Dalam menemukan makna hidup diperlukan adanya tanggung jawab pribadi untuk tetap bertahan hidup.

Menurut Chaplin (2006) dalam kamus psikologi makna mempunyai arti sebagai sesuatu yang diharapkan atau sesuatu yang menunjukkan pada sesuatu istilah tertentu.

Kebermaknaan hidup, dapat diwujudkan dalam sebuah keinginan untuk menjadi orang yang berguna untuk orang lainnya, apakah itu anak,

istri, keluarga dekat, komunitas, negara, dan bahkan umat manusia (Frankl, 2003).

Kerangka pikir teori yang dikemukakan Viktor Frankl digambarkan secara ringkas sebagai berikut: Setiap orang selalu mendambakan kebahagiaan dalam hidupnya. Dalam pandangan teori Viktor Frankl kebahagiaan itu ternyata tidak terjadi begitu saja tetapi merupakan akibat sampingan dari keberhasilan seseorang memenuhi keinginannya untuk bermakna (*the will to meaning*) dan menemukan makna hidupnya (*the meaning of life*). Mereka yang berhasil memenuhinya akan mengalami hidup yang bermakna (*the meaningful life*), dan ganjaran dari hidup yang bermakna adalah kebahagiaan. Di lain pihak mereka yang tak berhasil memenuhi motivasi ini akan mengalami kekecewaan dan kehampaan hidup serta merasakan hidupnya tidak bermakna (Bastaman, 2007).

Dengan demikian makna hidup dapat diartikan sebagai sesuatu yang diharapkan dalam hidup sebagai arah tujuan dalam hidup untuk menemukan suatu istilah yang dianggap bermakna dan dapat menjadikan hikmah dibalik peristiwa yang dialaminya.

### **Aspek-aspek Kebermaknaan Hidup (*meaning of life*)**

Penghayatan pada suatu hal yang memiliki nilai penting dalam diri seseorang yang menimbulkan motivasi untuk membuat kualitas hidupnya menjadi tinggi. Michael F. Streger (2006) mengatakan bahwa makna hidup terdapat dua aspek yang ada dalam diri manusia, yaitu : 1) Kehadiran Makna. Dimana keadaan seseorang merespon tentang kehidupan yang sudah dilaluinya dan sedang dialaminya. Hal ini bersifat subyektif dan bersifat individual tergantung bagaimana seseorang mempresepsikan suatu kejadian atau kasus, serta dipengaruhi oleh waktu, 2) Mencari Makna. Dimana dorongan seseorang untuk mencari makna hidup seberapa besar perjuangan mencari makna dan memahaminya, baik dalam keadaan menderita maupun senang. Pencarian makna hidup

merupakan suatu elemen yang dapat melahirkan kebermaknaan hidup pada seseorang dalam berbagai kondisi.

### **Sumber-sumber Kebermaknaan Hidup (*meaning of life*)**

Victor Frankl (dalam Bastaman, 2007: 46) mengemukakan sumber-sumber kebermaknaan hidup, yaitu: 1) *Creative values* (nilai-nilai kreatif) yaitu kegiatan berkarya, bekerja, mencipta serta melaksanakan tugas dan kewajiban sebaik-baiknya yang dilakukan dengan penuh tanggung jawab. 2) *Experiential values* (nilai-nilai penghayatan) yaitu keyakinan dan penghayatan akan nilai-nilai kebenaran, kebajikan, keinfahan, keimanan, dan keagamaan, serta cinta kasih. Menghayati dan meyakini suatu nilai dapat menjadikan seseorang berarti hidupnya. 3) *Attitudinal values* (nilai-nilai bersikap) yaitu menerima dengan penuh ketabahan, kesabaran dan keberanian segala bentuk penderitaan yang tidak mungkin dielakkan lagi, seperti sakit yang tidak dapat disembuhkan, kematian dan menjelang kematian, setelah segala upaya dan ikhtiar dilakukan secara maksimal. ditemukan, asalkan saja dapat mengambil sikap yang tepat dalam menghadapinya. 4) *Hopeful values* (harapan) yaitu selain tiga ragam nilai yang dikemukakan oleh Victor Frankl, ada nilai lain yang menurut Bastaman dapat menjadikan hidup bermakna, yaitu harapan (*hope*) (Bastaman, 2007). Harapan adalah keyakinan akan terjadinya hal-hal yang baik atau perubahan yang menguntungkan di kemudian hari.

### **Karakteristik Kebermaknaan Hidup (*meaning of life*)**

Bastaman (2007: 51) mengemukakan gambaran mengenai beberapa sifat khusus dari makna hidup, yaitu: 1) Makna hidup itu sifatnya unik, pribadi dan temporer, artinya apa yang dianggap berarti oleh seseorang belum tentu berarti pula bagi orang lain. makna hidup seseorang dan apa yang bermakna bagi dirinya biasanya bersifat khusus, berbeda dan tak sama dengan makna hidup orang lain, serta mungkin pula dari waktu ke waktu berubah. 2) Makna hidup itu sifatnya unik dan nyata, dalam artian makna hidup benar-benar dapat ditemukan dalam pengalaman dan

kehidupan sehari-hari, serta tidak perlu selalu dikaitkan dengan hal-hal yang serba abstrak-filosofis, tujuan-tujuan idealistis dan prestasi-prestasi akademis yang serba menakjubkan. 3) Makna hidup adalah memberi pedoman dan arah terhadap kegiatan-kegiatan kita, sehingga makna hidup itu seakan-akan menantang kita untuk memenuhinya. Makna hidup ditemukan dan tujuan hidup ditentukan, kita seakan-akan terpanggil untuk melaksanakan dan memenuhinya, serta kegiatan-kegiatan kita pun menjadi lebih terarah kepada pemenuhan itu.

### **Pengertian *Storytelling***

*Storytelling* merupakan penghubung sebuah cerita kepada satu atau lebih pendengar melalui suara. Menurut Anting (2009) *storytelling* atau *storytelling* adalah membicarakan kembali sesuatu yang telah didengar atau sesuatu yang telah dilihat. Selain itu, *storytelling* juga didefinisikan sebagai sebuah seni dalam menggunakan bahasa secara lisan, gerakan fisik dan bahasa tubuh untuk mengungkapkan unsur-unsur dan kesan detail dari sebuah cerita kepada orang lain secara langsung.

*Storytelling* merupakan suatu kegiatan menceritakan sebuah cerita dengan cara yang menghibur, mengesankan, atau secara dramatisasi. Proses *storytelling* dapat dilakukan dengan posisi berdiri atau duduk dan menggunakan suara atau bahasa tubuh dalam menyampaikan isi cerita tanpa membaca isi buku atau cerita.

*Storytelling* adalah proses menjelaskan gambaran hidup mengenai sebuah ide, keyakinan, pengalaman pribadi, dan pelajaran hidup melalui cerita yang dapat membangkitkan emosi dan member wawasan atau kesadaran yang mendalam terhadap sesuatu (*insight*) (Serrat, 2008).

Jadi, dapat ditarik kesimpulan bahwa *storytelling* merupakan seni dalam menyampaikan suatu cerita yang dilakukan untuk memberikan hiburan, kesan, serta pelajaran hidup.

### **Manfaat *Storytelling***

Adapun manfaat *storytelling*, tak hanya bagi pendengar tetapi juga bagi orang yang mendongengkannya. Menurut Hibana (dalam Kusmiadi, 2008), manfaat dari kegiatan mendongeng ini antara lain adalah:

- a. Mengembangkan fantasi, empati dan berbagai jenis perasaan lain.
- b. Membangun kedekatan dan keharmonisan.
- c. Media pembelajaran.

Menurut Serrat (2008), secara umum metode *storytelling* merupakan salah satu cara untuk:

- a. Membuat konsep yang ingin disampaikan menjadi sesuatu yang penuh makna.
- b. Menjadi sarana penghubung antara seseorang dengan suatu pemikiran.
- c. Dapat menjadi sarana berbagi inspirasi dan meningkatkan motivasi untuk bertindak atau melakukan suatu perubahan.
- d. Memberi kesempatan dalam memandang sesuatu dari sudut pandang yang berbeda.
- e. Mengembangkan suatu pesan moral yang berharga terhadap suatu keadaan dengan mengaplikasikan pengetahuan dan pengalaman seseorang di dalamnya, sehingga member kemungkinan untuk menemukan solusi terhadap suatu permasalahan.
- f. Sebagai media untuk menyampaikan suatu pesan moral.
- g. Dapat memberi inspirasi untuk melakukan suatu perubahan dalam diri seseorang.

Selain itu, dengan metode *storytelling* seseorang dapat memberi kesadaran pada orang lain untuk melakukan perubahan dan menanamkan nilai moral. Melalui *storytelling* kita dapat menemukan sejarah kehidupan kita, hal yang diinginkan di masa depan, serta tujuan hidup. Seorang pencerita (*storyteller*) juga dapat meningkatkan motivasi seseorang

lewat cerita yang ia sampaikan. Jika seseorang yang mendengarkan cerita dapat memahami secara jelas mengenai maksud dan makna dari cerita yang disampaikan kemudian dikaitkan dengan kehidupan yang ia jalani, maka individu tersebut akan dapat memahami setiap kejadian yang terjadi dalam hidupnya dan dapat merencanakan kehidupannya secara lebih baik di masa depan.

### **Aplikasi *Storytelling***

*Storytelling* biasanya digunakan untuk mengidentifikasi dan menjadi sarana pembelajaran dengan menggali nilai-nilai moral yang ada dalam cerita yang disampaikan, sehingga dapat member inspirasi orang yang mendengarkan cerita tersebut dan memungkinkan si pendengar untuk melakukan perubahan ke arah yang lebih baik. *Storytelling* biasanya diterapkan dalam beberapa kegiatan seperti kegiatan *storytelling* secara lisan, disampaikan secara berkelompok atau dalam suatu komunitas, kegiatan untuk memonitor dan mengevaluasi sesuatu, hiburan.

### **3. Tujuan Pembuatan Modul**

Sebagai pegangan untuk melaksanakan penelitian eksperimen, terutama dengan tema besar “Metode *Storytelling*” pada lansia.

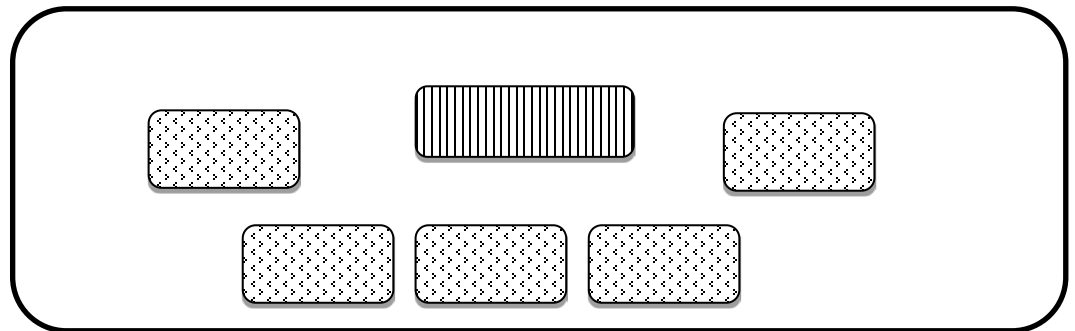
### **4. Manfaat Penelitian**

Sebagai salah satu metode yang dapat dilakukan untuk meningkatkan *meaning of life* pada lansia. Selain itu, sebagai sarana *sharing*, membentuk komunikasi serta hubungan sosial yang baik antar lansia.

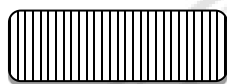
### **5. Waktu Pelaksanaan**

Penelitian eksperimen ini akan dilaksanakan selama satu minggu. Dimulai dari tanggal 28 desember 2016 – 6 januari 2017.

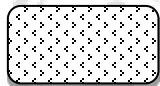
## 6. Tata Ruang



Keterangan :



: *Story teller*



: Subjek

## 7. Prosedur Kegiatan

PERTEMUAN I		
SESI I	KEGIATAN	WAKTU
• <i>Ice breaking</i>	• Senam Jari	10 menit
• <i>Sharing</i> Pengalaman	• Perkenalan • Subjek menceritakan mengenai masa hidupnya • Menjelaskan gambaran kegiatan	60 menit

*storytelling* yang  
akan dilakukan

- **Cerita “Kisah Bunga Mawar dan pohon Bambu”**
- Membacakan 20 menit  
cerita yang  
berjudul “Kisah  
Bunga Mawar dan  
pohon Bambu”

- **Diskusi**
- *Feedback*
- Diskusi antara 30 menit  
*story teller*  
dengan subjek  
dan juga antara  
subjek dengan  
subjek lainnya  
mengenai pesan  
yang ada dalam  
cerita
- Pemberian  
*feedback* dan  
kesimpulan  
mengenai isi  
cerita

## PERTEMUAN II

### SESI II

### KEGIATAN

### WAKTU

- **Cerita “TUA!!!”**
- Membacakan 20 menit  
cerita yang  
berjudul



“TUA!!!”

- **Diskusi**
  - *Feedback*
- Diskusi antara 30 menit  
*story teller*  
dengan subjek  
dan juga antara  
subjek dengan  
subjek lainnya  
mengenai pesan  
yang ada dalam  
cerita
  - Pemberian  
*feedback* dan  
kesimpulan  
mengenai isi  
cerita

### PERTEMUAN III

#### SESI III

#### KEGIATAN

#### WAKTU

- **Cerita**
  - **“Bersyukur dan Bahagia”**
- Membacakan 20 menit  
cerita yang  
berjudul  
“Bersyukur dan  
Bahagia”

- **Diskusi**
  - *Feedback*
- Diskusi antara 30 menit  
*story teller*  
dengan subjek  
dan juga antara

subjek dengan  
subjek lainnya  
mengenai pesan  
yang ada dalam  
cerita

- Pemberian  
*feedback* dan  
kesimpulan  
mengenai isi  
cerita

#### PERTEMUAN IV

##### SESI IV

##### KEGIATAN

##### WAKTU

- |   |   |          |
|---|---|----------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Cerita</b><br/><b>“Perjuangan<br/>seorang nenek”</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membacakan<br/>cerita yang<br/>berjudul<br/>“Bersyukur dan<br/>Bahagia”</li> </ul> | 20 menit |
|---|---|----------|

- |  |   |          |
|--|---|----------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Diskusi</b></li> <li>• <b><i>Feedback</i></b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diskusi antara<br/><i>story teller</i><br/>dengan subjek<br/>dan juga antara<br/>subjek dengan<br/>subjek lainnya<br/>mengenai pesan<br/>yang ada dalam<br/>cerita</li> <li>• Pemberian<br/><i>feedback</i> dan</li> </ul> | 30 menit |
|--|---|----------|

kesimpulan  
mengenai isi  
cerita

## 8. Rancangan Kegiatan Penelitian

Adapun uraian kegiatan penelitian eksperimen yang akan dilakukan adalah sebagai berikut:

### A. Pertemuan Pertama

- Sesi 1

- ❖ *Ice breaking*

**Waktu** : 10 menit

**Prosedur** :

1. Subjek diminta untuk menaruh kedua tangannya kedepan kemudian menggerakkan kedua tangan
2. Subjek diminta untuk mengepal lalu membuka tangannya

- ❖ *Sharing Pengalaman*

**Tujuan** :

1. Membangun interaksi yang baik antara peneliti dengan lansia
2. Berbagi pengalaman
3. Lansia bisa memaknai kehidupannya

**Alat dan bahan** : -

**Waktu** : 60 menit

**Prosedur** :

1. Peneliti datang kepada subjek
2. Subjek diminta memperkenalkan diri, kemudian diminta untuk berbagi pengalaman hidupnya
3. Subjek diminta mengungkapkan secara lisan tiga hal yang paling bermakna dalam hidupnya.

## ❖ Penyampaian cerita

**Tujuan :**

1. Menanamkan kehidupan yang bermakna
2. Subyek mampu membekali dirinya untuk menerima apa yang sudah dilaluinya dan sedang dialaminya sehingga tidak terjadi keputusasaan

**Alat dan bahan :** Naskah cerita “Kisah Bunga Mawar dan Pohon Bambu”**Waktu :** 20 menit**Prosedur :**

1. *Story teller* mengkondisikan subjek agar keadaan kondusif
2. *Story teller* memberitahu subjek mengenai kegiatan apa yang akan dilakukan selanjutnya
3. *Story teller* menyampaikan cerita yang berjudul “Kisah Bunga Mawar dan Pohon Bambu”

❖ Diskusi dan *feedback***Alat dan Bahan :** -**Waktu :** 60 menit**Prosedur :**

1. Subjek diminta untuk menyampaikan pendapatnya
2. Subjek diminta untuk menyampaikan isi cerita yang berkaitan dengan kehidupannya

**B. Pertemuan Kedua**

## • Sesi 2

## ❖ Penyampaian cerita

**Tujuan :**

1. Mampu mendorong subyek untuk mencari makna hidup sejauhmana ia bisa memaknai hidupnya dalam berbagai kondisi

2. Subyek mampu mencari makna hidup dengan mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari

**Alat dan bahan** : Naskah cerita “TUA!!!”

**Waktu** : 20 menit

**Prosedur** :

1. *Story teller* mengkondisikan subjek agar keadaan kondusif
2. *Story teller* memberitahu subjek mengenai kegiatan apa yang akan dilakukan selanjutnya
3. *Story teller* menyampaikan cerita yang berjudul “TUA!!!”

❖ Diskusi dan *Feedback*

**Waktu** : 60 menit

**Prosedur** :

1. Subyek diminta untuk menyampaikan pendapatnya
2. Subyek diminta untuk menanggapi pendapat subjek yang lain

### C. Pertemuan Ketiga

- Sesi 3

❖ Penyampaian cerita

**Tujuan** :

1. Mampu mendorong subyek untuk mempersepsikan suatu keadaan yang sudah dilaluinya dan sedang dialaminya
2. Subyek mampu memahami kehadiran makna dengan mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari

**Alat dan bahan** : Naskah cerita “Bersyukur dan Bahagia”

**Waktu** : 20 menit

**Prosedur** :

1. *Story teller* menanyakan halapa saja yang sudah dilakukan setelah diberikan cerita pada pertemuan sebelumnya
2. *Story teller* memberitahu subjek mengenai kegiatan apa yang akan dilakukan selanjutnya

3. *Story teller* menyampaikan cerita yang berjudul “Bersyukur dan Bahagia”

❖ Diskusi dan *Feedback*

**Waktu** : 60 menit

**Prosedur** :

1. Subyek diminta untuk menyampaikan pendapatnya
2. Subyek diminta untuk menanggapi isi dari cerita yang sudah disampaikan

#### D. Pertemuan Keempat

• Sesi 4

❖ Penyampaian cerita

**Tujuan** :

1. Mampu mendorong subyek untuk mencari makna hidup sejauhmana ia bisa memaknai hidupnya dalam berbagai kondisi
2. Subyek mampu mencari makna hidup dengan mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari

**Alat dan bahan** : Naskah cerita “Perjuangan Seorang Nenek”

**Waktu** : 20 menit

**Prosedur** :

1. *Story teller* menanyakan halapa saja yang sudah dilakukan setelah diberikan cerita pada pertemuan sebelumnya
2. *Story teller* memberitahu subjek mengenai kegiatan apa yang akan dilakukan selanjutnya
3. *Story teller* menyampaikan cerita yang berjudul “Perjuangan Seorang Nenek”

❖ Diskusi dan *Feedback*

**Waktu** : 60 menit

**Prosedur :**

1. Subyek diminta untuk menyampaikan pendapatnya
2. Subyek diminta untuk menanggapi isi dari cerita yang sudah disampaikan

**9. Evaluasi**

Kegiatan intervensi dikatakan berhasil ketika hasil dari metode *strorytelling* dapat meningkatkan *meaning of life* pada lanjut usia. Selain itu mengetahui apakah pemberian metode *storytelling* ini dapat memberikan motivasi dan juga hubungan sosial yang lebih baik.



# LAMPIRAN





## Cerita I (pertemuan ke-1)

### Kisah Bunga Mawar dan Pohon Bambu

Di sebuah taman, terdapat taman bunga mawar yang sedang berbunga. Mawar-mawar itu mengeluarkan aroma yang sangat harum. Dengan warna-warni yang [cantik](#), banyak orang yang berhenti untuk memuji sang mawar. Tidak sedikit pengunjung taman meluangkan waktu untuk berfoto di depan atau di samping taman mawar. Bunga mawar memang memiliki daya tarik yang menawan, semua orang suka mawar, itulah salah satu [lambang cinta](#).

Sementara itu, di sisi lain taman, ada sekelompok pohon bambu yang tampak membosankan. Dari hari ke hari, bentuk pohon bambu yang begitu saja, tidak ada bunga yang mekar atau aroma wangi yang disukai banyak orang. Tidak ada orang yang memuji pohon bambu. Tidak ada orang yang mau berfoto di samping pohon bambu. Maka tak heran jika pohon bambu selalu cemburu saat melihat taman mawar dikerumuni banyak orang.

“Hai bunga mawar,” ujar sang bambu pada suatu hari. “Tahukah kau, aku selalu ingin sepertimu. Berbunga dengan indah, memiliki aroma yang harum, selalu dipuji cantik dan menjadi saksi cinta manusia yang indah,” lanjut sang bambu dengan nada sedih.

Mawar yang mendengar hal itu tersenyum, “Terima kasih atas pujian dan kejujuranmu, bambu,” ujarinya. “Tapi tahukah kau, aku sebenarnya iri denganmu,”

Sang bambu keheranan, dia tidak tahu apa yang membuat mawar iri dengannya. Tidak ada satupun bagian dari bambu yang lebih indah dari mawar. “Aneh sekali, mengapa kau iri denganku?”

“Tentu saja aku iri denganmu. Coba lihat, kau punya batang yang sangat kuat, saat badai datang, kau tetap bertahan, tidak goyah sedikitpun,” ujar sang mawar. “Sedangkan aku dan teman-temanku, kami sangat rapuh,

kena angin sedikit saja, kelopak kami akan lepas, hidup kami sangat singkat,” tambah sang mawar dengan nada sedih.

Bambu baru sadar bahwa dia punya kekuatan. Kekuatan yang dia anggap biasa saja ternyata bisa mengagumkan di mata sang mawar. “Tapi mawar, kamu selalu dicari orang. Kamu selalu menjadi hiasan rumah yang cantik, atau menjadi hiasan rambut para gadis,”

Sang mawar kembali tersenyum, “Kamu benar bambu, aku sering dipakai sebagai hiasan dan dicari orang, tapi tahukah kamu, aku akan layu beberapa hari kemudian, tidak seperti kamu,”

Bambu kembali bingung, “Aku tidak mengerti,”

“Ah bambu..” ujar mawar sambil menggeleng, “Kamu tahu, manusia sering menggunakan dirimu sebagai alat untuk mengalirkan air. Kamu sangat berguna bagi tumbuhan yang lain. Dengan air yang mengalir pada tubuhmu, kamu menghidupkan banyak tanaman,” lanjut sang mawar.

“Aku jadi heran, dengan manfaat sebesar itu, seharusnya kamu bahagia, bukan iri padaku,”

Bambu mengangguk, dia baru sadar bahwa selama ini, dia telah bermanfaat untuk tanaman lain. Walaupun pujian itu lebih sering ditujukan untuk [mawar](#), sesungguhnya bambu juga memiliki manfaat yang tidak kalah dengan bunga cantik itu. Sejak percakapan dengan mawar, sang bambu tidak lagi merenungi nasibnya, dia senang mengetahui kekuatan dan manfaat yang bisa diberikan untuk makhluk lain

Pesan	Komponen
Daripada menghabiskan tenaga dengan iri pada orang lain, lebih baik bersyukur atas kemampuan	Bertujuan untuk mengungkap aspek kehadiran makna sehingga lanjut usia mampu merespon

diri sendiri pada saat ini, apalagi jika berguna untuk orang lain.	kehidupan baik yang sudah atau yang sedang dialaminya
--	---

### **Cerita I (pertemuan ke-2)**

#### **T U A!!!**

Dulu, saya selalu memimpikan kehidupan yang indah dengan anak, cucu, dan cicit saya. Saya selalu berharap seperti orang tua kebanyakan. Bermain bersama cucu di taman, menunggu anak dan menantu pulang kerja. Menyiram tanaman, membuatkan masakan untuk cucu, bercanda dengannya. Namun, pada kenyataannya semua yang saya harapkan berbeda dengan takdir yang telah ditentukan Tuhan.

Pada kenyataannya saya harus melewati masa tua di panti jompo bersama dengan orang-orang yang seumuran denganku. Umur saya saat ini 75 tahun, teman-teman saya disini juga begitu. Ada banyak alasan mengapa mereka tiba-tiba disini. Alasan pertama yang ku temukan adalah anak-anak mereka terlalu sibuk dengan urusan pekerjaannya, sehingga tidak ada waktu untuk mengurus orang tua yang mulai menua. Akhirnya anak-anak mereka menitipkan orang tuanya di panti jompo, banyak dari teman-teman saya disini yang merasa bahwa anak-anaknya mengabaikan diri mereka.

Lalu bagaimana dengan saya? Sebenarnya alasan saya tidak jauh beda dengan teman-teman yang lainnya. Anak saya bekerja di luar negeri, menjadi TKI. Biasanya dia pulang 5 tahun sekali, awalnya anak saya tidak mau menitipkan saya di panti jompo. Katanya takut durhaka sama orang tua. Namun, semakin lama ia meninggalkanku semakin ia khawatir disana. Saya seorang diri disini, suami sudah meninggal dan anak cuma 1 kerja di luar negeri jadi TKI Akhirnya, ia berbicara padaku untuk membawaku kesini, tujuannya agar aku tidak tinggal sendirian di rumah dan ada teman yang seumuran, hehehehe. Dengan segera aku meng-iya-kan pendapat anakku. Aku juga tidak mau terlalu merepotkan tetangga sekitar rumah.

Disini teman-temanku banyak yang merasa kesepian, mereka tidak tahu harus berbuat apa di masa tuanya. Aku sebenarnya tidak suka dengan cara

pandang orang tua seumuranku yang seperti itu. Jika tidak bisa berbuat apa-apa, ayo kita buat sesuatu. Jangan pernah berpikir bahwa ketika kita menjadi tua, maka kita tidak bisa melakukan apa-apa. Tepis pandangan yang seperti itu, ketika kita sudah mulai tua yang harus kita lakukan ialah kita harus lebih memperbanyak mendekatkan diri pada Tuhan, karna kita tidak akan pernah tahu sampai kapan kita hidup, malaikat tidak pernah janji untuk mencabut nyawa umatnya, datangnya pasti dadakan sesuai dengan perintah Tuhan.

Saya tahu, semakin tua maka kerja otak akan semakin melemah. Makanya, lemahnya otak kita jangan sampai membuat lemah jiwa kita. Umur boleh tua, kerja otak boleh mulai melambat, tapi jiwa harus tetap muda. Teman-teman saya selalu berkata seperti ini, “Aku wes tua Sri. Bisa apa? Berdiri aja gak kuat. Anak wes sibuk dengan urusan masing-masing. Gak ada yang bisa aku lakukan.” Jangan begitu, meskipun anak sibuk dengan urusan diri sendiri, kita sebagai orang tua harus tetap mendoakan, karena itulah ladang pahala kita. Meskipun kita tua, jangan sampai kita kehilangan tujuan hidup. Kerangka berpikirku seperti ini, tujuan hidup manusia saat masih anak-anak pasti ingin segera lulus sekolah, tujuan hidup manusia ketika mulai dewasa pasti ingin sukses dan memiliki pasangan hidup, ketika sudah tua tujuan hidup manusia sebenarnya adalah menikmati kehidupan masa tuanya dengan anak dan cucu. Tapi, dibalik fase tujuan manusia yang saya sebutkan tadi, sebenarnya tujuan hidup manusia sejak kecil sampai tua renta seperti saya adalah bertemu dengan Tuhan di Surga. Mengapa? Karena kita di dunia ini hanya sementara, tempat kekal kita akhirat. Jika teman-teman seumura saya bingung mengenai tujuan hidup? Mau ngapain ketika sudah tua? Perbanyaklah kegiatan keagamaan kita disamping itu mungkin kita bisa membuat acara dengan teman tahun 40-an. Jangan sedih karena ada di panti jompo, disini kita bisa bertemu teman seumuran, seharusnya kita bisa lebih produktif. Salam jompo dari saya ibu renta dengan anak TKI!!!

Pesan	Komponen
Semakin tua bukan berarti tidak bisa produktif tetapi semakin tua semakin tau apa arti dari	Mengungkap aspek mencari makna sehingga lanjut usia mempunyai dorongan untuk mencari makna

kehidupan ini	hidup dan seberapa besar ia memahami dalam berbagai kondisi
---------------	---

### **Cerita I (pertemuan ke-3)**

#### **Bersyukur dan Bahagia**

Alkisah, ada seorang pedagang kaya yang merasa dirinya tidak bahagia. Dari pagi-pagi buta, dia telah bangun dan mulai bekerja. Siang hari bertemu dengan orang-orang untuk membeli atau menjual barang. Hingga malam hari, dia masih sibuk dengan buku catatan dan mesin hitungnya. Menjelang tidur, dia masih memikirkan rencana kerja untuk keesokan harinya. Begitu hari-hari berlalu.

Suatu pagi sehabis mandi, saat berkaca, tiba-tiba dia kaget saat menyadari rambutnya mulai menipis dan berwarna abu-abu. "Akh. Aku sudah menua. Setiap hari aku bekerja, telah menghasilkan kekayaan begitu besar! Tetapi kenapa aku tidak bahagia? Ke mana saja aku selama ini?"

Setelah menimbang, si pedagang memutuskan untuk pergi meninggalkan semua kesibukannya dan melihat kehidupan di luar sana. Dia berpakaian layaknya rakyat biasa dan membaur ke tempat keramaian. "Duh, hidup begitu susah, begitu tidak adil! Kita telah bekerja dari pagi hingga sore, tetapi tetap saja miskin dan kurang," terdengar sebagian penduduk berkeluh kesah. Di tempat lain, dia mendengar seorang saudagar kaya; walaupun harta berkecukupan, tetapi tampak sedang sibuk berkata-kata kotor dan memaki dengan garang. Tampaknya dia juga tidak bahagia.

Si pedagang meneruskan perjalanannya hingga tiba di tepi sebuah hutan. Saat dia berniat untuk beristirahat sejenak di situ, tiba-tiba telinganya menangkap gerak langkah seseorang dan teriakan lantang, "Huah! Tuhan, terima kasih. Hari ini aku telah mampu menyelesaikan tugasku dengan baik. Hari ini aku telah pula makan dengan kenyang dan nikmat. Terima kasih Tuhan, Engkau telah menyertaiiku dalam setiap langkahku. Dan sekarang, saatnya hambamu hendak beristirahat.

“Setelah tertegun beberapa saat dan menyimak suara lantang itu, si pedagang bergegas mendatangi asal suara tadi. Terlihat seorang pemuda berbaju lusuh telentang di rerumputan. Matanya terpejam. Wajahnya begitu bersahaja.

Mendengar suara di sekitarnya, dia terbangun. Dengan tersenyum dia menyapa ramah, "Hai, Pak Tua. Silahkan beristirahat di sini." "Terima kasih, Anak Muda. Boleh bapak bertanya?" tanya si pedagang. "Silakan." "Apakah kerjamu setiap hari seperti ini?"

"Tidak, Pak Tua. Menurutku, tak peduli apapun pekerjaan itu, asalkan setiap hari aku bisa bekerja dengan sebaik2nya dan pastinya aku tidak harus mengerjakan hal sama setiap hari. Aku senang, orang yang kubantu senang, orang yang membantuku juga senang, pasti Allah juga senang di atas sana. Ya kan? Dan akhirnya, aku perlu bersyukur dan berterima kasih kepada Allah atas semua pemberiannya ini".

*Sumber: <http://dt-cerita.blogspot.co.id/2010/01/bersyukur-dan-bahagia.html>*

Pesan	Komponen
pekerjaan atau kegiatan apapun yang dilakukan harus dengan senang karena ketika kita mengerjakan dengan senang hati, orang lain pun juga ikut merasakan hal yang sama	Bertujuan untuk mengungkap aspek kehadiran makna sehingga lanjut usia mampu merespon kehidupan baik yang sudah atau yang sedang dialaminya

### Cerita I (pertemuan ke-3)

#### Perjuangan Seorang Nenek

Di sore hari, ada seorang nenek yang sedang duduk di samping rumah. dia sering melamun dikala mentari sudah mulai menghilangkan wujudnya. Nenek itu sudah berumur 90 tahunan, dengan rambut yang sudah memutih, dengan kulitnya yang sudah mulai keriput, giginya yang sudah mulai ompong, punggungnya yang sudah membungkuk, dan juga dengan suaranya yang sudah mulai nggak jelas (pelo). Dia

tetap berdiri tegar melawan kerasnya hidup dan derasnya cobaan. Rumahnya jauh dari penduduk atau lebih dekatnya di dekat (tegal). Dia hidup sebatang kara. Suaminya sudah meninggal dan dia tidak dikaruniai anak.

Sehari-harinya dia bekerja mencari kayu bakar di hutan-hutan sekitar rumahnya. Kemudian kayu itu dijual ke penduduk-penduduk yang perjalanannya kurang lebih 2 km dari rumahnya, dia tak pernah putus asa, dia tak pernah menyesali kehidupan, dia memang nenek yang sangat luar biasa, dia mempunyai sifat yang jarang banget dimiliki orang lain, yaitu sifatnya yang penyabar dan tak pernah gelisah dalam menghadapi cobaan apapun. Bekerja sebagai pencari kayu bakar, ia tekuni sejak dia masih berumur 60 tahunan, di saat itu kakek (suaminya) masih ada. Biasanya Mereka mencari kayu bakar bersama-sama.

Dia menekuni pekerjaan ini demi sesuap nasi, demi menyambung hidup. Banyak orang yang menganggap pekerjaan ini sepele, tapi bagi nenek ini pekerjaan itu sangat amat mulia. Karena dengan ranting-ranting kayu inilah nenek bisa bertahan hidup.

Kemanapun nenek pergi, pasti nenek itu tak pernah lepas dari selendang yang ia sampirkan di pundaknya. Di selendang itu ada selembarnya foto nenek bersama suaminya disaat suaminya masih ada. Foto itu ia taruh di pucuk selendang yang diikat (dibundeli). Di saat sedang sendiri, nenek ini membuka ikatan selendangnya dan melihat foto tadi. Dia sayang banget sama suaminya, kalau ada apa-apa, baik kejadian yang menyenangkan maupun menyedihkan nenek itu sering mencurahkan hatinya ke foto itu...

Dengan radio mungilnya yang ia miliki sejak ia masih SD, radio pemberian ibunya yang masih ia simpan sampai sekarang. Kadang kalau hatinya sedang gundah, nenek ini sering memutar musik di radio mungilnya itu, untuk menghilangkan atau mengurangi kejenuhan, disertai dengan kicauan burung, sambil memakan tela bakar dan secangkir kopi di dekat pohon bambu dengan angin yang semilir, nenek ini merasakan aman dan damainya kehidupan.

“Hidup memang penuh dengan tantangan dan cobaan. Tetapi bila dijalani dengan sungguh-sungguh, tantangan dan cobaan ini pasti akan lunak atau akan menyerah pada kita. Bukan kita yang akan menyerah pada tantangan dan cobaan, Melainkan tantangan dan cobaan itulah yang akan menyerah pada kita”. Kata-kata inilah yang menjadi prinsip nenek itu, kata-kata ini dia selalu ingat-ingat sejak dia masih kecil. Setiap mau melakukan sesuatu, tetapi dia sudah pasrah atau menyerah duluan, ibunya pasti bilang kayak gitu. Sehingga dengan sendirinya nenek ini ingat kata-kata itu. Nah, inilah yang menjadi motivasi nenek untuk menjadi lebih kuat dalam menghadapi apapun.

Nenek ini banyak disegani warga, karena sifatnya yang mulia, dan tak kenal lelah. Meskipun sudah tua, dia tetap bekerja sebisanya, dia tak mau meminta-minta. Dia tak ingin dikasihani.

Sambil menjual kayu bakar, nenek ini sering membersihkan jalan-jalan, memungut sampah, dan menanami pohon-pohon kecil di tanah-tanah yang kosong, lebih tepatnya di tanah yang gersang, supaya kalau hujan tanah-tanah ini tidak longsor dan menyebabkan banjir. Nenek melakukan semua ini tanpa mempunyai fikiran timbal balik atau jasa dari warga. Dia melakukan ini tulus dari hati, bukan karena dia ingin dikatakan nenek pahlawan atau apa, tetapi memang benar-benar dari hati.

Tapi siapa sangka, Keikhlasan, kesabaran dan kegigihan nenek ini menghasilkan buah yang sangat manis, ada seorang warga yang melaporkan ketulusan nenek ini ke lurah, kemudian lurah ini melaporkan kepada atasan-atasannya, dan laporannya disetujui oleh para aparat, sehingga nenek ini mendapat piagam penghargaan dari provinsi dan mendapat uang tiap bulannya enam ratus ribu. Selain itu, nenek ini juga diberi fasilitas (rumah yang lebih layak), tapi nenek ini menolak. Dia hanya mau tinggal di rumahnya sendiri. Karena dengan rumah gubuknya ini, nenek itu mempunyai banyak kenangan dengan suaminya. Kegiatan ini kelihatanya mudah, tapi tidak semua orang mau melakukannya tanpa pamrih.

*Sumber: <http://cerpenmu.com/cerpen-kehidupan/perjuangan-seorang-nenek.html>*



Pesan	Komponen
tetap berjuang dan berusaha dalam menghadapi hidup tidak sekedar pasrah kepada Tuhan tetapi juga diimbangi dengan doa	Mengungkap aspek mencari makna sehingga lanjut usia mempunyai dorongan untuk mencari makna hidup dan seberapa besar ia memahami dalam berbagai kondisi



### Daftar Pustaka

- Bandiyah, Siti. 2009. *Lanjut Usia dan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Bastaman, H.D. (2007). *Logoterapi: Psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Crumbaugh, James C & Leonard T, Maholick. (1964). *An Experimental Study in Existentialism: The Psychometric Approach to Frankl's Concept of Noogenic Neurosis*. Colombus: Georgia
- Erlangga, Sarvatra Wari. (2011). Subjective Well-being Pada Lansia Penghuni Panti Jompo. *Skripsi Psikologi*. Jakarta. Universitas Gunadarma.
- Frankl, Victor E. (2003). *Logoterapi: Terapi psikologi melalui pemaknaan eksistensi*. Yogyakarta: Kreasi Wacana.
- Jatiningtyas, Anting. (2009). *Aspek pendidikan amoral dalam buku cerita anak*. Yogyakarta: IKIP
- Serrat, Olivier. (2008). *Storytelling*". *Journal*. Cornell University ILR School.
- Steger, Michael F & Frazier Patricia. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life. Vol. 53, No 1, 80-93
- Suardiman, S. (2011). *Psikologi Lanjut Usia*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.